بداية

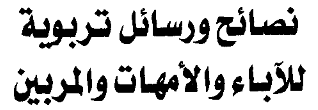
سلسلة نصائح و رسائل تربوية
للآباء و الأمهات والمربين
(الجزء الثالث)

فن التعامل مع المراهقين

مشاكل مرحلة المراهقة وأسبابها و كيفية التعامل معها
المرحلة السنية من 12 سنة حتى 21 سنة

د. ياسر نصر
مدرس الأمراض النفسية والاستشارى التربوى

ART OF DEALING WITH TEENAGERS



نصائح ورسائل تربوية
للآباء والأمهات والمربين

فن التعامل مع المراهقين

(مشاكل سن المراهقة وأسبابها وكيفية التعامل معها)
المرحلة السنية من ١٢ سنة حتى ٢١ سنة

د. ياسر نصر

مدرس الأمراض النفسية
والاستشاري التربوي

فن التعامل مع المراهقين

اسم الكتاب : فن التعامل مع المراهقين

اسم المؤلف : د. ياسر نصر

مقاس الكتاب : ١٧ × ٢٤

إشراف ورؤية فنية : محمود خليل

تحرير ومراجعة لغوية : مسعد خيري

تجهيز فني : أحمد علي

تصميم الغلاف : أسامة طه

رقم الإيداع : ٢٠٠٩/٨٦٦٢

الطبعة الأولى ٢٠١٠م / ١٤٣١هـ

بداية للإنتاج الإعلامي

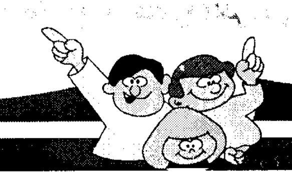
أحمد خليل – محمود خليل

٧ ش عبد العزيز – العتبة – القاهرة – ج.م.ع

تليفاكس : ٠٠٢٠٢٢٣٩٥٩٤٠٨ – ٠٠٢/٠١١/٤٧٠٠٠٧٢

www.bedaia.com

Email: bedaiasound@hotmail.com

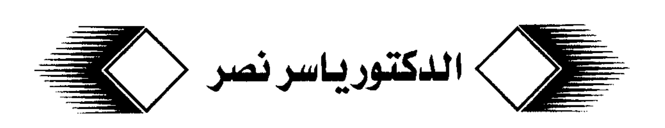


بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

﴿رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ
أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا﴾

[الفرقان: ٧٤]





- حاصل على دبلومة فن التعامل مع المراهقين من جامعة كامبريدج بانجلترا .
- حاصل على دبلومة في الاستشارات الأسرية والعلاقات الزوجية من جامعة كامبريدج بانجلترا .
- استشاري تربوي وموجه نفسي لبعض المدارس الخاصة.
- مدرب معتمد لمهارات الحياة الأساسية للتواصل الإنساني للتأثير على الآخرين وفن القيادة وفن إدارة الذات والتغيير.
- مدرب لمهارات الحياة الأسرية.
- حاصل على دبلومة شعبة عامة من معهد الدراسات الإسلامية.
- حاصل على دبلومتين في الفلسفة الإسلامية من كلية دار العلوم - جامعة القاهرة.
- حاصل على دكتوراه في الطب النفسي كلية الطب - جامعة القاهرة.
- مقدم ومعد برنامج فجر أمة الذي يذاع على قناة الناس وقناة الرسالة الفضائية.
- مقدم ومعد برنامج ساعة تربية على قناة الناس الفضائية.
- مقدم ومعد برنامج أدم وحوا على قناة الناس الفضائية.
- مدرب على مهارات التربية للأعمار السنية المختلفة من خلال دورات منتظمة.
- مدرب على مهارات العلاقات الزوجية من خلال دورات منتظمة.
- له العديد من الكتب العربية والمترجمة للفرنسية والإنجليزية .
- شارك في العديد من المؤتمرات المعنية بالطب النفسي والتربية ومشاكل الجيل في العديد من الدولة العربية والأجنبية.
- الوظائف التي يتقلدها «مدرس الأمراض النفسية» بكلية الطب - جامعة القاهرة.

المقدمة

إن الحمد لله تعالى نحمده ونستعينه ونستهديه، وأستغفر الله تبارك وتعالى من شرور أنفسنا ومن سيئات أعمالنا، من يهده الله فلا مضل له، ومن يضلل فلن تجد له وليًا مرشدًا..

ونشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له، ونشهد أن محمدًا عبده ورسوله وصفيّه من خلقه وحبيبه، بلّغ الرسالة وأدى الأمانة، ونصح للأمة وكشف الله به الغمة..

اللهم إنا نسألك أن تصلي على سيدنا محمد في الأولين والآخرين، وصلِّ اللهم على سيدنا محمد في الملأ الأعلى إلى يوم الدين..

اللهم جئناك تائبين فتب علينا، مستغفرين فاغفر لنا، منيبين فتقبلنا..

اللهم إنا نسألك رضاك والجنة، ونعوذ بك من سخطك والنار..

اللهم إنا نسألك من كل خير سألك به رسولنا الكريم ونعوذ بك مما استعاذ منه رسولنا الكريم..

اللهم هب لنا من أزواجنا وذرياتنا قرةَ أعين واجعلنا للمتقين إمامًا..

اللهم أرنا للإسلام عزًا وراية مرفوعة يا أرحم الراحمين.. وصلِّ اللهم على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وسلم..

ثم أما بعد



سنتناول في هذا الكتاب مرحلة تُعتبر من أخطر المراحل التي يمر بها الإنسان في حياته وذلك لأنها مرحلة لها تأثير شديد في مصير الإنسان؛ فهي تحدد صفاته وأفعاله وسلوكياته.. إنها **فترة المراهقة**.

سنتناول شكاوى الآباء من الأبناء والعكس، وسنعرف كيف يرى المراهق والديه ونفسه والآخرين..

* سنتطرق إلى مشكلات واقعية حدثت بالفعل ونتناول طريقة حلها..

كما سنتناول التغيرات التي تصاحب المراهق في هذه المرحلة من سن عشر سنوات حتى ٢١ سنة..

أيضًا سنتناول كيفية زرع الثقة في نفوس الأبناء..

وكذلك الصراع الوهمي مع الأبناء والذي ينتج عنه ارتفاع في الأصوات وعناد من الأبناء..

* كما سنتناول قضية التواصل بين الأبناء والآباء، وسنتناول العقاب وضوابطه في هذه المرحلة وفن التغلب على العادات السيئة لدى أولادنا.

وهذه المرحلة (مرحلة المراهقة) من أخطر المراحل التي يمر بها الإنسان، وفيها تكثر الشكاوى التي تصلني عن طريق الإنترنت أو في العيادة الطبية أو عبر المكالمات الهاتفية حيث تعلو الأصوات في هذه المرحلة وتبدأت المشاحنات في البيوت وتزداد الخلافات بين الأب وبين أبنائه أو بين البنت وبين أمها..

إنها مرحلة شحناء داخل البيوت، والكثير يسألون: كيف نتعامل مع هذه المرحلة؟



وأسمع آباءً يتعجبون من سلوكِ أبنائهم.. لماذا ابني هكذا؟!.. أنـا لم يـصدر مني أي تقصير في تربيته.. لقد بذلت جهدًا كبيرًا لتـوفير الماديـات الكافيـة التـي تجعله يعيش سعيدًا.. سواء كانت دروسًا خصوصية أو مدرسة عالية التكـاليف أو شراء الملابس أو غير ذلك..

والأمهات يقلن إنهن قد تفرغن تمامًا من كل شيء وركـزن فقـط في التربيـة والتوجيه..

وفي النهاية نجد حصاد ذلك كله ولدًا صوته عال وطريقته في التعامل سيئة، بالإضافة إلى عدم وجود أهداف لهذا الولد.. وعدم إدراكه مـا المطلـوب منـه في هذه المرحلـة.. مـع الكـسل الـشديد في توجهاتـه وسـلوكه وأسـلوبه وطريقتـه وتعاملاته.

إن الشكاوى كثيرة جدًا حتى من المتدينين حيث يجـدون أولادهـم مختلفـين عنهم، فلقد علّمـوا أبنـاءهم الـصلاة في مرحلـة صـغيرة وكـانوا يأخـذونهم إلى المساجد ويوجّهونهم طوال الوقت.. الولد يرى أبـاه يـصلي في المـسجد والبنـت ترى أمها مرتدية الحجاب.. لكن النتيجة أن الولد لا يحب الذهاب للمسجد ولا يحب الصلاة، والبنت تكون مرتدية الحجاب وهي صغيرة ثم تبدأ مـن سـن ١١ أو ١٢ سنة في التمرد على هذا الوضـع القـائم، وتقـول: أنـا لا أريـد أن أرتـدي الحجاب وأريد أن أرتدي ملابسي بطريقتي الخاصة.. شكاوى كثيرة وضخمة..

ومن هنا تأتي أهمية هذه السلسة وهي احتياج المجتمع لأساليب من التربيـة المختلفة في كيفية التعامل مع هذه المرحلة السنية الخطيرة.

ولا أشك أننا كآباء وأمهات قد أخطأنا عندما اعتبرنـا أن كـل مـا نعرفـه في التربية صحيح وبالتالي على أولادنا أن يستجيبوا لنا ويكبروا كما نحب ونتمنى.



وأنا أدعو الآباء – كفرد تربوي – أن يضعوا هدفًا أمام أعينهم ألا وهو: ما الذي نريد أن نصل إليه؟

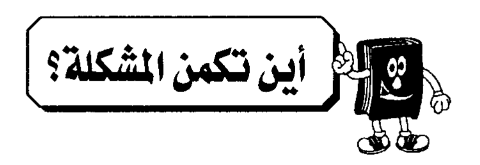
يجب أولاً أن يكون لديك نية معينة.. عليك أن تحدد نواياك.. وذلك لكي يكون لديك تحديد للأهداف ومعرفة الطرق التي توصلك لهذا الهدف..

فعن أمير المؤمنين أبي حفص عمر بن الخطاب رضي الله عنه قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: "إنما الأعمال بالنيّات، وإنما لكل امرئ مانوى، فمن كانت هجرته إلى الله ورسوله فهجرته إلى الله ورسوله، ومن كانت هجرته لدنيا يصيبها أو امرأة ينكحها فهجرته إلى ما هاجر إليه" (رواه البخاري ومسلم في صحيحهما).

فالنبي صلى الله عليه وسلم يعلمنا أنه لابد أن يكون لكل طريق بداية ونهاية، وأنه لابد من معرفة وتحديد هذه البداية والنهاية..

فكر معي ما هي النية من قراءة هذه السلسلة.. ربما تكون نيتنا طاعة الله تعالى، أو تكون نيتنا طلب العلم لأننا سنتعلم قدرًا من العلوم النفسية وقدرًا من العلوم الدينية، وربما تكون نيتنا استثمار الوقت فيما ينفع، أو تكون نيتنا كما قال النبي الصالح ﴿وَعَجِلْتُ إِلَيْكَ رَبِّ لِتَرْضَىٰ﴾ [طه:٨٤] أو تكون نيتي تحديد سلوكياتي في التربية هل هي سلوكيات صحيحة أم خاطئة أو تكون نيتي رغبة في التغيير وإضافة جديد أو تغيير أسلوب في ابني بتغيير سلوكي أنا لأنه من المؤكد أن سلوك الآباء قد يدفع الابن للتصرف بشكل معين، وهو ما نسأل الله تعالى أن يعيننا على إيضاحه.





أين تكمن المشكلة؟

أولًا: لابد من وجود قدر من النية الواضحة في تربية الأولاد، ثم بعد ذلك أحب أن أطرح سؤالاً وهو: أين تكمن المشكلة؟

- هل المشكلة في أولادنا أم فينا نحن الآباء والأمهات؟
- أم أنها مشكلة في جيل هذا العصر كما يزعم البعض؟
- أم أن المشكلة في المدارس والمربين؟
- أين تكمن المشكلة؟

وأنا أعلم أن الكثير من الآباء والأمهات لن يرضيهم أن تكون المشكلة لديهم، فلا أحد يحب أن يكون هو المخطئ خصوصًا بعد بذل الكثير من الجهد..

ثانيًا: علينا كآباء وأمهات أن نقتل المقاومة الداخلية، والمقاومة الداخلية هي إحساس الإنسان بأنه لا يحتاج إلى إصلاح أخطائه، مثل الكوب المملوء حتى الحافة فإذا وُضع فيه شيء فإن النتيجة هي أن هذا الشيء سيقع بكامله خارج الكوب، وهو ما يحدث مع من يسمع شيئًا آخر مختلفًا عما برأسه ولا يعطي لنفسه الفرصة ليرى هل هذا الكلام الجديد صحيح أم لا، بل على الفور يرفضه ويعترض عليه مدّعيًا أن ما يفعله هو الصواب بعينه.

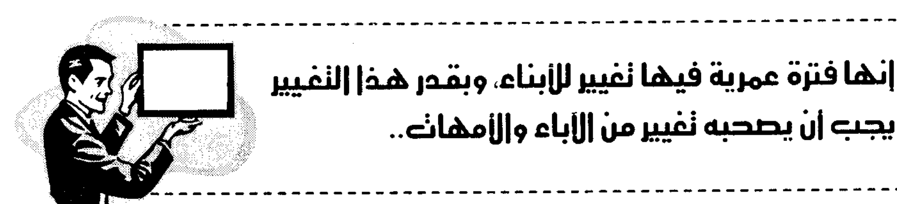


الأمر الثالث بعد تحديد النية وبعد إخفاء المقاومة الداخلية هو عدم تجهيز ردود لما ستقرأ.. لا تحاول أن تثبت أنك على صواب.. تعرّف أولاً ثم قل بعد ذلك هل أنا على صواب أم لا..

فإذا اختلفنا أو اتفقنا ليس هذا هو المهم إنما المهم هو أننا نريد أن نتفق أن نبني جيلاً جديدًا، جيل مختلف تمامًا عن الجيل السابق..

لقد أشار القرآن الكريم لمرحلة المراهقة حيث قال الله تعالى: ﴿قَالُواْ سَمِعْنَا فَتًى يَذْكُرُهُمْ يُقَالُ لَهُۥٓ إِبْرَٰهِيمُ ﴿٦٠﴾﴾ [الأنبياء] إشارة إلى سن محددة، وقال عز وجل في سورة الكهف: ﴿إِنَّهُمْ فِتْيَةٌ ءَامَنُواْ بِرَبِّهِمْ وَزِدْنَٰهُمْ هُدًى﴾ [الكهف:١٣] وقال: ﴿إِذْ أَوَى ٱلْفِتْيَةُ إِلَى ٱلْكَهْفِ﴾ [الكهف:١٠].

إشارة إلى أن التغيير الحقيقي في المجتمع سيقوم على أكتاف هؤلاء الفتية..



إنها فترة عمرية فيها تغيير للأبناء، وبقدر هذا التغيير يجب أن يصحبه تغيير من الآباء والأمهات..

تغيير في طريقتنا وفي أسلوبنا وفي استيعابنا، يجب أن يتسم كل من الأب والأم في التعامل مع هذه المرحلة باللين، ويجب أن ننسى التعامل بالعصا الحديدية وأنها هي السبيل الوحيد في هذه السن.

وأود أن يطرح كل منا على نفسه سؤالاً وهو:

هل أنا أصلح أن أكون مربيًا فاضلاً؟!



رغم أن الكثيرين من المربين الفاضلين يعلّمون أولادهم القرآن والصلاة والحلال والحرام إلا أن هذا ليس كافيًا إطلاقًا أن تربي ابنك تربية إسلامية حقيقية..

إن التربية الإسلامية الحقيقية قد علّمها لنا الرسول صلى الله عليه وسلم..

وأذكر هنا موقف شاب أتى النبي صلى الله عليه وسلم طالبًا منه أن يرخّص له الزنا..

وأسأل كل أب ما هو رد فعلك لو طلب ابنك منك ذلك؟ كيف سيكون وقع الأمر عليك كأب؟ وما هي المعاني التي ستسقط أمام عينيك؟ والصراع الداخلي والانفعال الذي سيحدث بداخلك..

انظر معي لرسول الله صلى الله عليه وسلم ولهدوء رد فعله عندما طلب منه هذا الشاب أن يرخّص له في ارتكاب الزنا وهو نبي الله تبارك وتعالى وهو من يخبرنا بالتشريع فيُحل الحلال ويُحرم الحرام..

جاء شاب إلى النبي صلى الله عليه وسلم فقال: يا رسول الله ائذن لي في الزنا، فأقبل عليه الناس يزجرونه، وأدناه رسول الله صلى الله عليه وسلم من مجلسه، ثم قال له: أتحبه لأمك؟ قال: لا والله، جعلني الله فداك، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ولا الناس يحبونه لأمهاتهم، قال: أفتحبه لابنتك؟، قال: لا، قال: ولا الناس يحبونه لبناتهم، ولم يزل النبي صلى الله عليه وسلم يقول للفتى: أتحبه لأختك؟ أتحبه لعمتك؟ أتحبه لخالتك؟ كل ذلك والفتى يقول: لا والله! جعلني الله فداك، فوضع النبي صلى الله عليه وسلم يده عليه، وقال: اللهم

اغفر ذنبه، وطهّر قلبه، وحصِّن فرجه، فلم يكن الفتى بعد ذلك يلتفت إلى شيء (أخرجه الإمام أحمد من حديث أبي أمامة رضي الله عنه وأرضاه).

لقد أراد النبي صلى الله عليه وسلم أن يستثير غيرة الشاب وحميته، فلابد أن تكون هناك أساليب تربوية، بالإضافة إلى المنظور الديني فبجانب تعليم الصلاة وتعليم القيام وتعليم العمل إلى الدعوة، لابد أن أبني شخصية تفهم لماذا لا نصنع ذلك ولماذا نفعل ذاك، شخصية تتعامل مع العقل بفكر إيجابي منفتح ومتفهم..

وأيضًا نذكر قصة الشباب الثلاثة الذين أتوا لرسول الله صلى الله عليه وسلم.. ففي الحديث الصحيح أنه قد جاء نفر من الصحابة إلى بيت رسول الله يسألون عن عبادته، فلما أخبِروا كأنهم رأوها قليلة، فقال بعضهم: أصوم ولا أفطر، وقال آخر أقوم الليل ولا أنام، وقال ثالث: إنه سيعتزل النساء، فلما سمع رسول الله بذلك قال لهم: "أنا رسول الله، أعْرفكم بالله، وأتقاكم له، أصوم وأفطر، وأقوم الليل وأنام، وأقرب النساء، فمن خالف سنتي فليس مني".

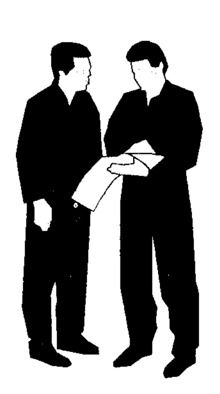
ولفظ "ليس مني" هو إجابة الرسول صلى الله عليه وسلم لهؤلاء الثلاثة وهي إجابة عنيفة.

لهذا يجب أن يكون هناك قدر من التوازن في تصوراتنا وفي التربية عمومًا.

وليس المقصود بالتربية الإسلامية أن أجعل ابني يحفظ القرآن وشخصيته ضعيفة أو أجعله يحسن الصلاة وليس لديه القدرة على التأثير في الآخرين، لا يملك وسائل للاتصال وضعيف الثقة بنفسه..

ومما سبق فانا أجيب على سؤال: أين تكمن المشكلة ؟

إنها تكمن فينا نحن الآباء والأمهات بنسبة عالية جدًا، نحن كأولياء أمور.. آباء وأمهات مشاركون جزئيًا أو كليًا بنسبة حوالي ٨٠٪ في مشاكل الشباب في سن المراهقة، فنحن نحتاج إلى أن نتعلم التربية وعلومها، يجب أن نتعلم الكثير من المعاني مثل الصبر والمرونة والموازنة بين الأولويات واختيار أخف الضررين وكل ما يساعدنا في تربيتنا لأبنائنا تربية ناجحة.



وأختم كلامي في معرفة أين تكمن المشكلة بذكر قصة واقعية ظريفة حدثت منذ أكثر من عشرين عامًا لشاب كان في الصف الثالث الثانوي، وكان والده يحاول قدر المستطاع أن يبث فيه روح المغامرة..

وذات يوم سافر هذا الشاب وهو في المطار جلس على الكرسي وأخذ ينظر للمحيطين به ماذا يفعلون فوجد أغلب الناس الجالسين في صالة الانتظار إما شخص يشرب شايًا أو آخر يأكل بسكويتًا أو من يقرأ الجريدة، وكان والده قد أعطاه مصروفًا يكفي بالكاد فترة الأسبوعين وهي مدة سفره، فلما نظر الشاب للناس قال في نفسه أفعل مثلهم وفعلاً ذهب لشراء الجريدة ثم اشترى كوب شاي وبسكويتًا وجلس على الطاولة ووضع الشاي أمامه وبدأ يقرأ الجريدة، وبمجرد أن بدأ يمد يده لشرب الشاي إذا برجل أنيق يرتدي حلة أنيقة ويبدو عليه أنه شخصية مهيبة يمد يده إلى البسكويت الموضوع على الطاولة ليأكله فاستغرب الشاب وقال في نفسه: إنه بسكويتي.. أنت لا تعلم كم كلفني

شراؤه.. ما هذا النظام؟ هل نظام المطار أن يتشارك كل شخص مع الآخر في الأكل؟!



واحتار الشاب وتضايق من نظام المطار.. وظل الرجل يأكل البسكويت والشاب في حالة غيظ شديد، وبعد ذلك ركب الشاب الطائرة واكتشف أن هذا الرجل يركب في الدرجة الأولى درجة رجال الأعمال أما الشاب فيركب سياحة في آخر الطائرة..

تصور معي نفسية هذا الشاب وقراره الداخلي ووجهة نظره في هذا الرجل.. إنه رجل سيئ الخلق، وظل الشاب يفكر كيف يصل إنسان لهذه الدرجة من عدم الحياء..

وفي الطائرة بدأ الشاب يملأ ورقة بيانات وهي عبارة عن المكان الذي ستذهب إليه ومن أين بدأت الرحلة وما إلى ذلك، ومد الشاب يده في حقيبته باحثًا عن قلم فوجد الشاب البسكويت الذي اشتراه بالحقيبة..



الذي حدث أن الشاب عندما اشترى الجريدة ثم الشاي ثم البسكويت ارتبك هذا الشاب ولكي يوفر مساحة في يده وضع البسكويت في الحقيبة والبسكويت الذي كان يأكله الشاب ليس له وإنما للرجل.. أنا

المخطئ وليس الرجل.. أنا من لا ذوق لديه.. ماذا سيقول الرجل عني؟ أنني ليس لدي حياء.. وانتهت القصة بذهاب الشاب للرجل ليعتذر له بشدة..

وأستخلص من هذه القصة الواقعية لكل أب ولكل أم أن الحقائق ربما لا تصل لهم بشكل كامل، وبالتالي سينتج عن ذلك الحكم على الأمور وعلى الأولاد بشكل خاطئ تمامًا، وأيضًا ربما تكون حقيقة المشكلة فينا نحن دون أن ندري.

* * *



أسئلة ستة

لابد أن نعد الجيل القادم فهو جيل النصر.. فإذا أردت أن يكون ابنك من جيل النصر سأطرح عليك مجموعة من الأسئلة (ستة أسئلة) رتبتها كالآتي وأريد منك الإجابة بصدق مع نفسك:



أولاً: وهو سؤال موجه لكل أب وأم يتعاملان مع هذه المرحلة السنية أو قادمين على هذا الأمر..

السؤال الأول: هل تتقبل النقد أيها المربي؟

سواءً من كبير أو من صغير.. ممن هو أكثر منك علمًا أو أقل علمًا؟ فإذا قال لك شخص أنت عصبي.. هل ستتقبل أم لا؟

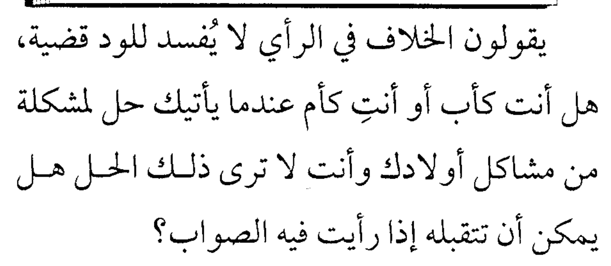
إن أولادنا في هذه السن يكون تقبلهم للنقد ضعيفًا ولن يتقبلوا النقد إلا عندما يتقبله أبوهم أولاً

فإذا قال لك ابنك يا بابا أنت عصبي يجب أن يقول الأب عندك حق أنا عندي مشكلة في أعصابي.. بابا أنت مخطئ في هذه النقطة بعد إذنك.. عندك حق يا بني أنا أخطأت في هذه النقطة وهذا يجرنا لأمر هام وهو: هل يمكن للابن أن ينقد أباه وأمه؟ البعض يقولون: لا، هذا يتناقض مع البر.. فالأب والأم لابد أن

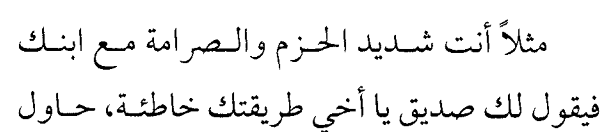
يكونا فوق النقد فلا مساس بهما وأنا أقول لماذا؟ هم ليسوا ملائكة ولا أنبياء ولا رسلاً..

الأب والأم لابد أن يكونا قابلين للنقد المهذب المحترم، هذا لـن يحـدث إلا بعدما نعوّد أولادنـا كيـف يـستطيعون أن يكـون عنـدهم عـين تـرى الـصواب والخطأ.

السؤال الثاني: هل تتقبل الاختلاف؟



يقولون الخلاف في الرأي لا يُفسد للود قضية، هل أنت كأب أو أنتِ كأم عندما يأتيك حل لمشكلة من مشاكل أولادك وأنت لا ترى ذلـك الحـل هـل يمكن أن تتقبله إذا رأيت فيه الصواب؟



مثلاً أنت شـديد الحـزم والـصرامة مـع ابنـك فيقول لك صديق يا أخي طريقتك خاطئـة، حـاول أن تكون لينًا مع ابنك ربما هذا ينفع معه.. صـاحِب ابنـك.. اخـرج معـه.. هـل تتقبل الاختلاف بصدر رحب وتسعى إليه.

قديمًا كانوا يقولـون أختلـف معـك إذن أحبـك أكثـر وسـن المراهقـة سـن الاختلاف سن ميلاد جيل جديد يريد أن يلبس بشكل مختلـف ويـتكلم بطريقـة مختلفة ولغة مختلفة واهتمامات مختلفة وأهداف مختلفة..

أما الآباء والأمهات فمازالوا يجلسون محلهم.. يظنون أن الـدنيا لم تتغـير وأن الابن هو المخطئ.. مهم جدًا أن يتقبل كل من الأب والأم الاختلاف.

السؤال الثالث: المحرج جدًا لي ولغيري من المربين هو: هل هناك صفة أو خُلق أو عادة مازلت تعاني منها أو يعاني منها الناس بسببك عرفتها منذ سنين ولم تغيرها؟



بمعنى أنك أدركت أنك رجل عصبي أو معاند أو صوتك مرتفع أو ديكتاتور، هل استطعت أن تغير واحدة من هذه الصفات أم لا؟ بالله عليك لو لم تستطع أن تُحدث في ذاتك وفي نفسك تغيرًا كيف ستُحدث تغيرًا فيمن حولك..

قديمًا قالوا: **اقم دولة الإسلام في قلبك تقم على أرضك** .. بمعانيها وصفاتها وأساليبها وكيانها ومفهومها وأحاسيسها..

عندما يراك ابنك وأنت عصبي وتحاول أن تقلل من هذه العصبية فهذا سيحسن صورتك أمامه وسيرى فيك القدوة.

السؤال الرابع: لكل أم وأب هل أهدافكم في الحياة واضحة؟

كثير من الآباء يقولون: أولادنا ليس لديهم هدف محدد.. أولادنا يأكلون ويشربون ويذاكرون وينامون وليس لهم هدف.. نحن نعدّهم ليكونوا جيل النصر المنشود وهم لا يملكون هدفًا..

إن الهدف عمل وفعل فيجب أن يكون لدى الآباء والأمهات الأهداف، وعليكم أن تسألوا أنفسكم: ما هي أهدافنا؟

هـل الهـدف هـو إلحـاق ابنـي بمدرسـة عاليـة المـستوى أم أن الهـدف هـو تـوفير المأكـل الطيـب والمـسكن المـريح؟ مـا هـو الهـدف مـن تـربيتكم لأولادكم؟

يجب أن تكون أهدافك في الحياة واضحة، هنـاك من يقول إن هدفي هو أن أرضي الله، وهناك من يقول هدفي هو كسب المال، وهناك من يقول هـدفي هـو أن أدخل الجنة.. وغيرها الكثير من الأهداف التي لابد أن تكون واضحة تمامًا حتى تكون مربيًا جيدًا.

السؤال الخامس: وهو لكل أب وأم هل أنتم راضون عن أنفسكم ؟

هل أنت راضٍ عن الإنجاز الذي حققته في حياتـك؟ هـل أنـت راضٍ عـن الجهد الذي بذلته؟ هل أنت راضٍ عن سلوكياتك.. عـن علاقتـك بـالله.. عـن علاقتك بالناس.. عن تربيتك لأولادك؟

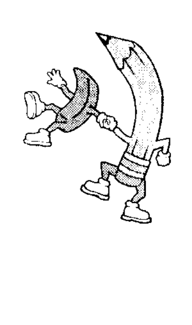
السؤال السادس: هل ابنك فعلاً ولد صالح ؟

إذا أردت أن تكون أكثر نجاحًا في كل شيء فلابـد مـن حـدوث تغيـير، إن أولادنا جزء منا.. واعلم أن الإنسان يحتاج أن يستند إلى ابنه في الكبر وحتى بعـد الممات..

وأذكرك بحديث الرسول صلى الله عليه وسلم الذي رواه الترمذي وابن ماجه والنسائي ورواه البخاري عن أبي هريرة قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إذا مات الإنسان انقطع عمله إلا من ثلاث: صدقة جارية أو علم ينتفع به أو ولد صالح يدعو له".

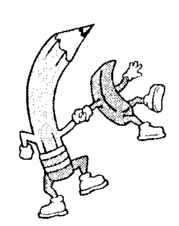
هل ابنك فعلاً ولد صالح يدعو لك في حياتك ليضيف لك الحسنات؟ وهل سيدعو لك بعد مماتك؟!

* * *



مشاكل
و
حلول

والآن سنتعرض لبعض المشكلات التي تواجه الكثير من الآباء والأمهات من أبنائهم في فترة المراهقة لنعرف أين تكمن حقائق تلك المشكلات..





مشكلة الصلاة

قصة من واقع الحياة



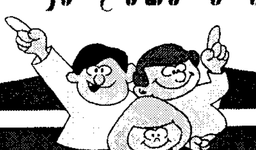
وسنبدأ بمشكلة شائعة وهي مشكلة الصلاة وهي منتشرة أكثر في بيوت الملتزمين، والكثيرون يقولون لي: نحن ولله الحمد قد أكرمنا الله تعالى ونصلي، أما ابننا فلا يتصرف مثلنا..

وأذكر قصة أم تسأل كيف تحل هذه المشكلة مع ابنتها البالغة من العمر ثلاث عشرة سنة..

تقول الأم: حاولت معها جاهدة أن أدعوها إلى الصلاة في وقتها لكنها غالبًا ما ترفض، فحاولت أن أقرّبها من الشرائط والخطب الدينية فأجدها تبتعد حتى أنني شعرت أنها تخاف من معرفة حقيقة الإسلام وأحكامه حتى لا تضطر إلى ارتداء الحجاب عندما تبلغ..



وتسأل الأم كيف أقنعها بالصلاة وسماع الخطب الدينية عن اقتناع وحب بلا تعسف مني أو ضرب؟ كيف أقنعها بالحجاب؟ كيف أقربها من بيئة الإيمان؟ علمًا بأن زوجي أيضًا ملتزم خلقيًا جدًا ولكنه يؤخر الصلاة عن وقتها فكيف أوصل لابنتي ضرورة عدم تأخير وقت الصلاة دون أن أسبب لزوجي إحراجًا؟



هذه هي المشكلة وهي مشكلة سيجد لها البعض الكثير من الحلول والتي قد تكون في غالبها خاطئة..

إن هذه السيدة تعبت واجتهدت بكل الوسائل في سبيل أن تقترب ابنتها من الله وتنتظم في صلاتها..

وأرى أن كل الحلول خاطئة إلا القليل لأن الكل يبحث عن الحل وليس عن السبب، الكل يحاول أن يحل المشكلة السطحية تاركًا المشكلة الأساسية..

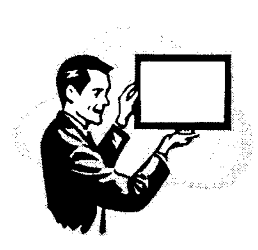
لهذا يجب عند حل أي مشكلة بينك وبين ابنك أن تفكر كيف تحل هذه المشكلة وأن تحدد ثلاثة أشياء..

أولاً: تحدد المشكلة.. ما هي المشكلة؟ هل المشكلة في ظاهرها أن البنت لا تريد الصلاة؟ هل المشكلة في ظاهرها أن البنت منكرة للصلاة إطلاقًا؟

هناك مشكلة ما جعلت هذه البنت لا تنتظم في الصلاة فظاهر المشكلة هي عدم الصلاة لكن السبب الرئيسي لعدم الصلاة ليس معروفًا..

ثانيًا: يجب أن يدرك كل من الأب والأم أن المشكلة لابد أن تُحل بخطوات وليس الحل بالأمر.. بأن تقول لابنك افعل كذا ولا تفعل كذا..

إن هذه السن لا ينفع معها هذا الأسلوب وإنما لابد من السياسة والحوار والمناقشة والاستيعاب والتواصل وزرع الثقة بالذات.



ثالثًا: يجب تحديد وقت لكل خطوة حددتها مسبقًا..

ولكي نحل هذه المشكلة معًا لابد أن نتساءل أولاً: أين تكمن المشكلة؟

سنجد البعض يقولون الحل يتمثل في "علقة سخنة" وتنتهي المشكلة وتصلي البنت فورًا، لكنني أقول هذا خطأ لأن البنت ستصلي أول وثاني يوم فقط وستظهر أساليب من العند عند هذه البنت في دراستها أو في غيرها، وستعاني الأم الأمرّين في سبيل السيطرة على هذه البنت وبالتالي ليست هذه المشكلة..

آخر يقول المشكلة ليست مشكلة الصلاة، المشكلة الحقيقية في الأم والأب لأنهما لم يستطيعا أن يربيا البنت على معاني الصلاة وأهمية الصلاة..

وآخر يقول بل المشكلة تتمثل في افتقاد البيئة المحيطة التي تساعد البنت أن تتعلم مفاهيم الصلاة..

وهناك من سيقول إن الصحبة السيئة هي التي تؤثر وتغير الأولاد بعدما كانوا معتادين على الصلاة..

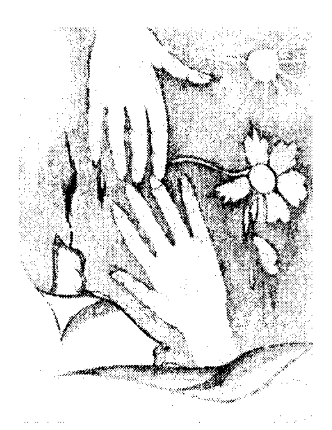
وهناك من يقول بل عدم التزام الأب بالصلاة هو المشكلة.. إذن يجب أولاً أن نعلم أين تكمن مشكلة هذه البنت.

إن المشكلة الحقيقية ليست في الصلاة، والدليل على ذلك أنك لو سألت أي شاب أو فتاة يبلغ من العمر ١٣ أو ١٤ سنة هل عدم الصلاة حلال أم حرام؟ سيجيب على الفور: حرام طبعًا والمفروض أن نصلي..



إذن المشكلة ليست في الصلاة وإنما المشكلة الحقيقية التي تؤدي في كثير من الأحيان إلى عدم الصلاة وإلى العند وإلى علو الصوت هي عدم إدراك الأولويات وعدم تحديد الأهداف لقلة الثقة..

المشكلة هي علاقتنا كآباء وأمهات بأبنائنا.. إن المشكلة هنا هي مشكلة الأم والأب مع ابنتهما.. إن هذه الأم بلا شك جعلت الصلاة هي المحور الوحيد الذي توزن به هذه البنت بالرغم من أن هذه البنت ربما تكون حسنة في أمور كثيرة جدًا إلا أنها أخطأت في الصلاة فأصبح عدم الصلاة وصمة عار موجودة على جبين هذه الفتاة..



كلما فعلت البنت شيئًا رأت في عين أمها عدم التقدير وعدم الاعتبار، وبالتالي أصبحت العلاقة بين الأم والفتاة في حالة تباعد، وأصبح هناك قدر من العناد لدرجة أن هذه البنت تقول لقد جعلتني والدتي أشعر أنني إنسانة سيئة بكل المعاني فهي لا ترى مني إلا أمرًا واحدًا وهو أنني إذا صليت أصبحت حسنة الخلق وإلا أصبحت سيئة وإذا كانت أمي تراني سيئة فسوف أريها حقًا كيف أكون سيئة.. ويبدأ العند وتبدأ سلسلة طويلة من المشاحنات ما بين الأم وابنتها..

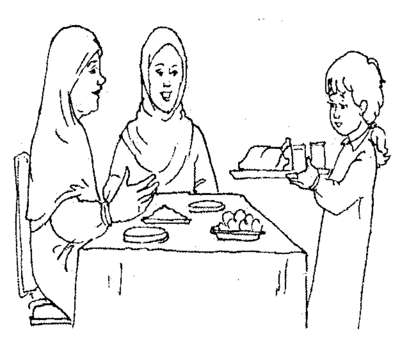
والحل أن تجلس هذه الأم مع ابنتها وتتكلم معها.. ويجب أن تعلم مشاكلها حتى لو كانت تافهة.. يجب أن تدرك الأم أن الإرشاد للصواب والخطأ يستغرق



وقتًا طويلاً.. ويجب أن يحرص الآباء والأمهات وخصوصًا الملتزمين على إعطاء صورة حقيقية..

نحن للأسف لدينا فصام حقيقي بين ما نعتقده وبين تصرفاتنا داخل البيوت.. خارج البيت نفعل أشياء منضبطة، أما داخل البيت نظهر أسوأ ما عندنا رغم أننا نصلي ونصوم ونحضر دروس العلم ونوجّه الناس للصواب والخطأ..

إذن أين تكمن المشكلة؟

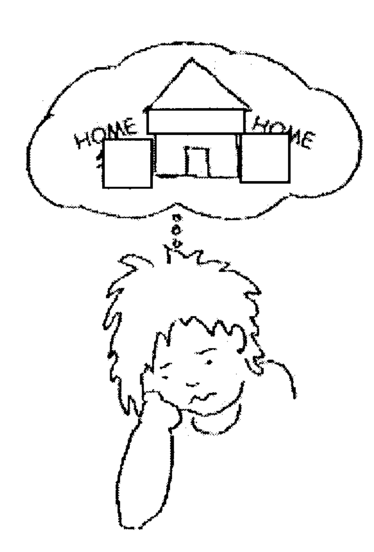


إن المشكلة ليست في أولادنا وإنما في صعوبة التعامل مع المشاكل وتحديدها، ولقد أدركتْ هذه الأم بفضل الله أن الطريق لحل هذه المشكلة هو التواصل مع ابنتها وتحسين العلاقة بينهما بالخروج معها والكلام الهادئ والنظرة لإيجابيات هذه البنت، ولقد أصبحت هذه البنت منتظمة في الصلاة بعد عام واحد من العلاج السليم للأم.

* * *



مشكلة تأخير الأولاد عن الرجوع للبيت



سواء كان في الصيف أو بسبب المذاكرة أو الذهاب إلى النادي والتأخر فيه أو الوقوف في الشارع لفترات طويلة أو الذهاب لدرس جعل الابن يتأخر أو كذا أو كذا.

المشكلة أن الابن كان يتأخر في الرجوع للمنزل ولقد حذر الأب ابنه من التأخر نهائيًا.. وذات يوم طلب هذا الابن من أبيه أن يسمح له بالتأخر ليلاً بعد الساعة الثانية عشرة والنصف.. الأب طبعًا رفض فسأله الابن لماذا؟ قال له الأب: أنا أعود للمنزل مبكرًا بالإضافة إلى أنه لا يوجد شيء مفيد تقوم به ليلاً سوى المشاكل، قال الولد: كل أصحابي يتأخرون ونحن في إجازة الصيف فما المشكلة من جلوسي مع أصحابي؟

قال الأب: أنا لا أستطيع أن أثق بك تمامًا لأنك غير منضبط في تصرفاتك ولا تفي بوعدك.. وأنا أمنعك من التأخر بالليل خارج المنزل..

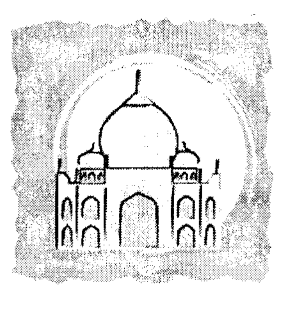


يقول هذا الأب لي ماذا أفعل؟ لقد بدأ صوت الولد يعلو وجسمه يكبر وبدأ يقترب مني وأنا أخاف أن يمد يده عليّ في يوم ووقتها لا أعرف كيف سأتصرف؟!

فكّر معي كيف تحل هذه المشكلة؟ أين المشكلة الحقيقية؟

هل المشكلة في التأخر؟ إن المشكلة ليست في التأخر وإنما في عقل الأب الذي لم يستطع أن يستفيد من نقطة التأخر في إصلاح شيء آخر..

ولقد استطاعت أم ذكية أن تحل هذه المشكلة ببساطة، لقد رأت تلك الأم أن الأصلح هو أن توافق على خروج ابنها مع أصحابه وذلك بعد مراقبتها له ومعرفتها أنه لا يفعل شيئًا خاطئًا.. وجدتْ أنه من الذكاء ألا تصطدم مع ابنها ووافقت على خروجه لكن بشرط أن يصلي الابن صلاة العشاء وصلاة الفجر جماعة في المسجد وفعلاً وافق الابن..



ومع مرور الوقت ومضي الشهور أصبحت مسألة التأخر عن البيت ليست عادة وأصبح لابنها صحبة في المسجد جعلته يحرص أكثر على صلاة العشاء وصلاة الفجر في المسجد، وهذا أدى إلى رجوعه للمنزل مبكرًا.. إنها أم في حقيقة الأمر في منتهى الذكاء، لقد لجأت لحل وسط وبهذا علّمت ابنها الوسطية في الحياة.

* * *



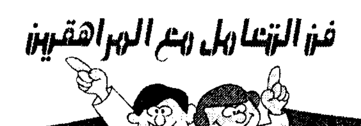


يا بابا.. أنا حامل

قصة من واقع الحياة

وهي مشكلة وقعت فيها فتاة تسكن في مدينة جامعية فبعثت لوالدها ووالدتها خطابًا قائلة فيه: "والدي الحبيب، أمي الحبيبة.. آسفة لتأخر رسائلي عنكما، ولكن أخبركما أنه لم يعد ينتابني الصداع الفظيع الذي لازمني لفترة بعد أن سقطت من الدور الثالث في سكن الطالبات عقب نشوب حريق هائل، ومن حسن الحظ أن من أسعفني إلى المستشفى عامل في محطة بنزين بالقرب من السكن بادر إلى إسعافي، وأنا الآن بخير، اطمئنا علي واعلما أنني أشاركه سكنه بعد دمار المدينة الجامعية فأنا أسكن معه في غرفة واحدة، ونحن نتبادل الحب - معذرة للرقابة - وأتخيل فرحتكما بحفيد سيصل قريبًا ولكن أطمئنكما أننا قد تزوجنا عرفيًا ولكنني أعرف سعة صدركما بتقبله في عائلتنا ولكن هناك مشكلة بسيطة أنه كان يعاني من مرض وربما انتقل هذا المرض لي....".





طبعًا الأب والأم قرءا أول صفحة ولك أن تتصور ما الذي حدث لهما.. إن ما تقوله البنت مصيبة وكارثة وتدنٍ للأخلاق.. ثم كان باقي الخطاب كالآتي "... والآن يا والدي ويا والدتي اجلسا فإنني مدركة أنكما قد وقفتما من هول الصدمة وأغلقتما فميكما، فإنه لم يصبني أذى ولم أسقط من السكن أصلاً ولم يشب في السكن حريق وليس لي صديق ولست بحامل ولم أصب بأي مرض، كل ما في الأمر أن النتيجة ظهرت وحصلت على "ض ج" في مادة الكيمياء ومادة التاريخ الطبيعي فخفت أن أقول لكما، والسلام ختام".

طبعًا وقتها سيقول الأب لا يهم الرسوب في السنة الدراسية كلها، الحمد لله أن ما ذُكر لم يحدث.

فقلد أدركت تلك الفتاة أن رد فعل أبيها سيكون عنيفًا عند معرفته بالنتيجة فأرادت أن تعلمه أن هناك مصائب أكثر من الرسوب..

أنا شخصيًا أعطي تلك الفتاة امتيازًا في علم النفس لأنها استطاعت أن تستوعب وتوصل القضية لوالدها ووالدتها.

* * *



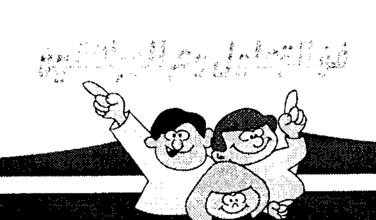


ابني خُطف

قصة من واقع الحياة

العنوان غريب لكنه واقعي جدًا، وهي حادثة واقعية مرت بها أسرة من الأسر وأرجو من القارئ العزيز أن يركز معي جيدًا في تلك المشكلة، وهي قصة أم بدأت تقلق على رجوع ابنها.. الابن قال لها سأرجع من عند صديقي الساعة التاسعة.. ومحمد هذا (الصديق) كان يسكن في العمارة المجاورة لهم.. وقد انتظرت الأم حتى الساعة التاسعة ثم انتظرت حتى العاشرة والنصف، فقالت الأم: أكلم محمدًا عبر الهاتف ورفعت السماعة فقال لها محمد: لقد نزل منذ ساعة ونصف..

وبدأت الأم تتصل بالبقال الذي يمر به ابنها كل يوم وهو داخل للمنزل وسألته عن ابنها فقال لها: لم يمر اليوم ثم اتصلت بزوجها وقالت له: ابننا لم يرجع للمنزل حتى الآن فأتى الأب مسرعًا وذهب لزميل ابنه ليستفسر عما حدث فقال له: لقد رحل من عندي الساعة التاسعة.. سبحان الله الولد اختفى.. فخرج الأب يبحث عن ابنه في الشوارع المحيطة بهم وعند أصحاب الابن.. الولد لم يتأخر من قبل، وكان سن الولد حوالي ١٢ أو ١٣ سنة كان في الصف الأول الإعدادي.. والساعة أصبحت الواحدة..



ثم أتت رسالة عبر هاتف الأب الخلوي من رقم هاتف الولد فيها "ابنك اتخطف ولن نتركه إلا بمقابل مادي قدره كذا.. " طبعًا الأب عندما قرأ الرسالة بدأ يقلق ويضطرب وخاف على ابنه ثم حاول الاتصال بهاتف ابنه لكنه كان مغلقًا فاتصل بالشرطة وحضرت الشرطة للبيت واشتد الأمر تمامًا..

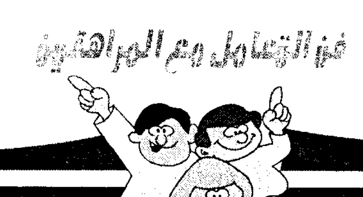
وبعد وقت وصلت الأب رسالة أخرى من هاتف الولد فيها "سلمنا المال الساعة الثالثة" ثم فجأة أثناء كل هذا القلق ووجود الشرطة والجيران يظهر الابن الساعة الرابعة ليقول لأبيه أنا الذي فعلت كل ذلك ولم أكن أتصور أن الأمور ستتطور إلى هذا الحد..

أنا لم أخطف وإنما أردت أن أعرف ماذا ستفعلون لو حدث ذلك لكنني لم أتوقع أنك ستبلغ الشرطة..

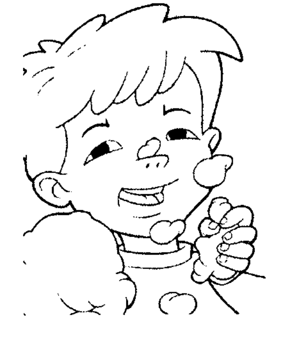
وبالرجوع للتفاصيل فهذا ولد متفوق في دراسته نتيجته دائمًا فوق ٩٠٪.. ليس على الولد أي أمارات لإساءة الأدب لوالده أو والدته.. لكن الحدث في حد ذاته حدث إجرامي.. حدث جعل الأسرة كلها تهتز والأمور تتطور لدرجة استدعاء الأمن.. الأب طبعًا ضرب الولد ضربًا شديدًا والأم اتصلت تقول لي كيف أتصرف؟!

وأنا أطرح سؤالاً على الآباء: لماذا تصرف الولد هكذا؟ هل المشكلة في الولد أم في الأب والأم؟

إن الدافع الحقيقي الذي دفع هذا الولد أن يلفت انتباه الأسرة بهذا الشكل المغالى فيه هو أن هذا الولد أراد أن يعرف قيمته الحقيقية عند أبيه وأمه..



وبعد جلوسي مع الأب والأم والولد وجدت أن هذا الولد مظلوم.. لقد كان يحقَّر من قدره كثيرًا.. كان ترتيبه في الفصل الثالث فيقال له لماذا لست الأول؟ كان يحصل على ٩٠٪ فيقال له ولماذا ضيعت ١٠٪.. كان دائمًا يُملى عليه كل شيء، افعل كذا ولا تفعل كذا.. اذهب يمينًا، اذهب يسارًا، ولو أخطأ الولد ولو لمرة تكون الكارثة ويكون العقاب شديدًا..



لقد شعر هذا الولد بالمهانة بالرغم من تفوقه وهذا الإحساس يدفع في كثير من الأحيان لقدر من الانحراف السلوكي.

للأسف فإن المشكلة تكمن داخل الأسرة دائمًا.. الإحساس بالمهانة عند الأولاد في بعض الأحيان يدفعهم إلى قدر من التصرفات الشديدة والمنحرفة، لابد أن نوسّع مداركنا لنصل لمعرفة أين تكمن المشكلة.

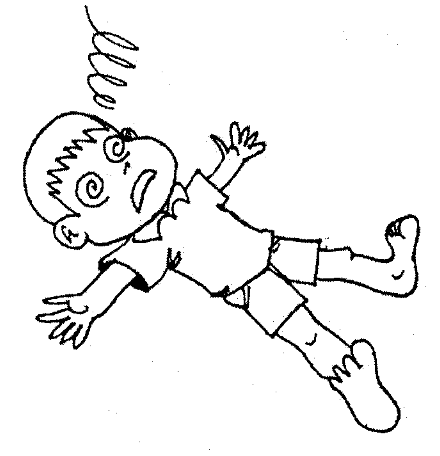




لا .. أنا آسف

قصة من واقع الحياة

ولد عمره ١٤ سنة، ودائمًا هذا الولد يفرض أسلوبه، فإذا قالت له والدته: ذاكر، يقول لها: آسف، أنا خارج مع أصحابي وعندما أعود سأذاكر، الأم تسأل ماذا أفعل؟



لقد أصبح للولد نظامه اليومي كما يراه هو، ولا يستطيع الأب أن يشير عليه أو أن يعدّل رأيه، وإذا فعل يكون الويل وعظائم الأمور بالصوت العالي وتدخل الجيران والأعمام وتدخل الأخوال.

بالقطع هذه المشكلة منبعها الأب والأم ومازلت أقول: إن عدم فهم الحياة أنها أخذ وعطاء هي المشكلة.

* * *



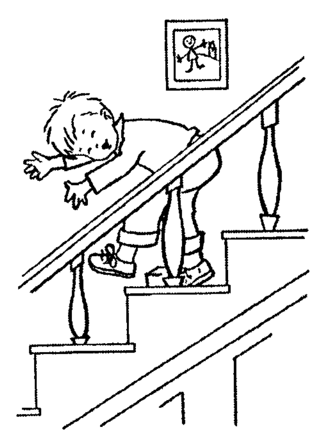


ابني مزعج ومجادل

قصة من واقع الحياة

مشكلة أخرى يعانيها أب يقول: إن ابني لا يتقبل مطلقًا الرفض كإجابة، إنني لا أستطيع أن أقول له "لا"، فإذا كان كل شيء يمضي بأسلوبه ويفعل ما يحلو له ولا يقال له "لا" يكون كل شيء على ما يرام، ومع ذلك عندما نخبره أننا لا نستطيع فعل ما يريد فإنه يصبح منزعجًا ومجادلاً، ولا يمكنه تقبل ما نخبره به.

لقد خرج طوال الأسبوع الماضي ثم ليلة أمس عندما طلب الخروج مرة أخرى رفضنا فأصبح منزعجًا جدًا وبدأ في الجدال وبدأ يقول إن كل أصدقائه يُسمح لهم بالخروج متى شاءوا وإننا نضع الكثير من القيود عليه وإننا لم نكن عادلين ولم نتفهم موقفه.



وفي النهاية أصبحت أنا وزوجتي منزعجين من موقفه وسمحنا له بالخروج، أفدنا بالله عليك ماذا تفعل لو كنت مكاني؟

بالقطع أصل المشكلة في عدم الضبط والربط، لابد أن يكون هناك ضبط وربط، ولابد من الثبات على الرأي، فإذا قال



الأب "لا" يجب الثبات عليها وعدم الاستجابة أو القبول بعد الجدال أو الإلحاح..

إنه أحد الأساليب التربوية وهو الثبات، فإذا قلت "لا" فانطلق بها للنهاية ولا تقبل أبدًا بعد مجادلات ومناقشات ومشاورات نتيجة صوت عال أو خوف من أن الناس سيسمعون أو نتيجة سوء أدب أن تقول نعم، لأنك بهذا أعلمت ابنك السبيل لفعل ما يريد، يجب أن تستمر على نهج واحد مهما حدث، وفي هذه المشكلة لقد اعتاد الولد أن يجادل في كل مرة وعلم أنه في النهاية سيصل لما يريد.

فالمشكلة الأساسية ليس لها أي علاقة تربوية وإنما هي مشكلة خطأ الأب والأم اللذين جعلا أولادهما يدركون أن كلمة "لا" تعني "نعم" بصوت منخفض.

* * *

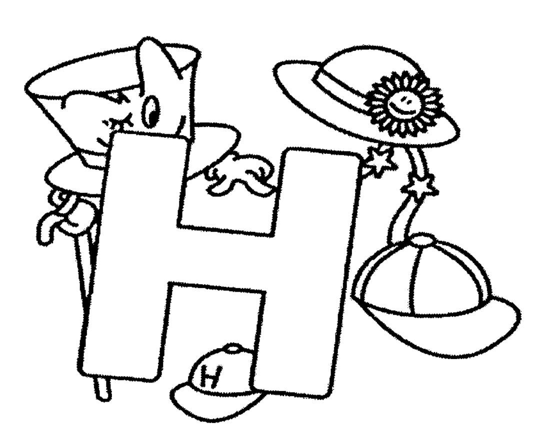


ابنتي مزورة

قصة من واقع الحياة

إنها مشكلة يمر بها أب فاضل وأم فاضلة، حيث عكفت الأم في حياتها بعد أن تخرجت في الجامعة ألا تعمل حتى تتفرغ لأولادها، وأب يعمل منذ الصباح حتى الليل، أب مطحون في عمله ليوفر لأولاده مستوى ماديًا غير عادي..

هذا الأب اتصل بي عبر الهاتف وكان صوته ضعيفًا فقلت له: ماذا بك؟ لماذا صوتك هكذا؟ فقال: أنا في كارثة، قلت له: أي كارثة؟ قال لي: ابنتي تزوّر وتكذب، القيم والأخلاق من أهم الأشياء التي زرعناها في أسرتنا، لكنني وجدت ابنتي قد زورت في شهادتها، تخيل أن ابنتي وقّعت في شهادة الشهر باسمي ثم أعطت الشهادة لأستاذها، ابنتي التي تعبت طوال عمري من أجلها، ثم وهي في الصف الثاني الإعدادي يصل بها الحال إلى أنها توقّع توقيعي، كيف أتصرف؟!



طبعًا إدارة المدرسة هي التي أبلغت الأب والأم عن هذا لأن التوقيع كان مختلفًا،

فطلبت من الأب والأم الحضور للجلوس معهما.. البنت أخطأت، طبعًا أخطأت لكن من المتسبب الحقيقي في هذا الخطأ؟

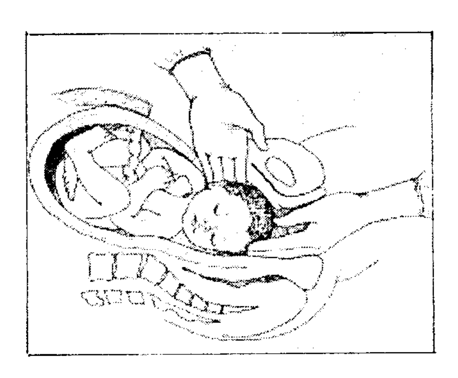
وبعد مناقشة طويلة اكتشفت أن الأب الذي يتعب طوال اليوم والأم التي كرست حياتها لأولادها هما المتسببان في هذا الخطأ..

إننا عندما نشحن حياتنا ونجعل مقياسنا الوحيد للنجاح في حياتنا هو المذاكرة فهذا قد يُحدث أضرارًا، وليس معنى كلامي أن المذاكرة غير مهمة أو أن حث أولادنا على التفوق شيء غير ضروري، ولكن يجب ألا يكون التقييم الوحيد لديّ هو النجاح والحصول على ١٠٠٪ أو ٩٥٪.. أين مبدأ تربية الثقة بين الأب والابن؟

يجب أن يكون هناك تواصل مع الابن، يجب أن أعرف مهارات واهتمامات ابني الأخرى، يجب ألا ندخل في طاحونة الحياة، الأب يسعى للمال والأم تجلس في البيت والبنت تذاكر لأنها يجب أن تتفوق، أم من النوع القلوق التي تشحن الأعصاب وتتوتر وتوتر المحيطين بها مع كل مشكلة تحدث داخل البيت، وبنت إذا حصلت على ٩٥٪ يقال لها لماذا فقدتِ الـ ٥٪؟ وننسى المجهود الضخم الذي بُذل في سبيل الحصول على ٩٥٪..

لماذا نرى دائمًا النقطة السوداء في الصفحة البيضاء.. إن هذا سيولد إحساسًا بالخوف والقلق والتوتر..

لقد خافت البنت من مواجهة أبيها وأمها، لقد كانا يذكّرانها دائمًا بتعب الأب طوال النهار والليل من أجل راحتها، ويذكرانها كم تتعب الأم وتبذل الجهد لأجل تفوق ابنتها، لقد خافت البنت من غضب الأب والأم، وخافت من أن تقلَّ في نظرهما لأن مقياسهما الحقيقي والوحيد هو الحصول على ١٠٠٪ وبالتالي تحرك الخوف والقلق في لحظة من اللحظات فطغى على القيم فأخطأت البنت وكان رد فعل الأب عنيفًا بضرب البنت ضربًا شديدًا جدًا.



يجب أن يدرك الآباء أن أولادنا هم الصلصال الذي نشكله.. هم المنظر الجميل الذي نطمح أن يكونوا عليه.. هم الإسفنجة التي تمتص كل ما حولها إذا امتصت قلقًا سينتج قلق وتوتر وإذا امتصت عنادًا ستعصر عنادًا وهكذا.

وأذكركم بمثال لعالم من العلماء أراد أن يكتشف اكتشافًا جديدًا وهو صلة الجهاز الحركي بالجهاز السمعي عند الحيوان، وأراد أن يثبت أن أجهزة الحركة لها علاقة بأجهزة السمع، فأتى بضفدعة إلى معمله والضفدعة من الكائنات التي تستجيب للأصوات فكان يقول لها اقفزي فتقفز لأنها تتميز بأربع من الأطراف، فأراد العالم أن يجرّب ماذا سيحدث لو قطع طرفًا من أطرافها الأربع، وفعلاً قطع أحد أطراف الضفدعة الأمامية ثم قال لها اقفزي فقفزت الضفدعة، فأراد العالم أن يجرب ماذا سيحدث لو قطع طرفين من أطرافها الأربع وفعلاً قطع الطرف الأمامي الآخر للضفدعة ثم قال لها اقفزي فقفزت بصعوبة، فأراد العالم أن

يجرب ماذا سيحدث لو قطع ثلاثة أطراف من أطرافها الأربع وفعلاً قطع أحد أطراف الضفدعة الخلفي بالإضافة طبعًا إلى الطرفين الأماميين المقطوعين ثم قال لها اقفزي فقفزت بصعوبة شديدة جدًا، فأراد العالم أن يجرب ماذا سيحدث لو قطع جميع أطراف الضفدعة، فقطع الطرف المتبقي للضفدعة ثم قال لها اقفزي فلم تقفز فظل يقول لها مرارًا اقفزي لكنها لم تقفز، فقال العالم الفذ نستخلص من هذه التجربة أننا إذا قطعنا أطراف الضفدعة الأربع أصيبت الضفدعة بالصمم.

وهذا بالضبط ما يحدث مع أولادنا فإذا أخذنا من أولادنا أغلى ما يمتلكون سينتج عن ذلك العناد وعدم سماع الكلام.

إن القضية تحتاج إلى قدر كبير من الشفافية مع الذات وقدر من الإصلاح لأن الله سبحانه وتعالى يقول: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا۟ مَا بِأَنفُسِهِمْ﴾ [الرعد:١١].



البداية منك أنت ويجب أن تكون البداية حقيقية، يجب أن تكون بداية تغيير ومعايشة للواقع حتى يكون هناك مستقبل لأمتنا وإسلامنا..

لن نرتقي في الفترة القادمة إلا بجيل متميز، جيل يتوفر فيه القيادة، جيل يستطيع أن يغير، جيل فيه كل معطيات الانتصار.

بالله عليك لو نظرت لابنك أو ابنتك وهما نائمان واسترجعت أهدافك في الحياة وهي إرضاء الله سبحانه وتعالى ودخولك الجنة وانتصار الأمة، هل أولادك هم من يستطيعون فتح بيت المقدس والقيام بالنهضة، سواء كانت نهضة اقتصادية أو علمية أو أي نهضة؟

تذكر أن السلاح والعبادة الحقيقية ليست فقط الصلاة والصوم وإنما لابد من أن يكون هناك قدر من التربية لأولادنا على أسس سليمة واضحة المعاني..



إن إسلامنا لا يستقيم عموده بدعاء شيخ في مسجد، إن إسلامنا لا يستقيم عموده بقصائد تُتلى بمدح النبي محمد صلى الله عليه وسلم، إسلامنا نور يضيء طريقنا، إسلامنا نار على من يعتدي علينا وعلى حقوقنا، إسلامنا إسلام عمل، إسلامنا إسلام حقيقي واضح المعالم، إسلامنا إسلام أفراد يغيرون وجه التاريخ.

إن تركيبة أي إنسان عبارة عن أسس وضعت وزُرعت منذ الصغر، فإذا كانت تلك الأسس صحيحة صح المبنى وعلا وارتفع، وإذا كانت الأسس خاطئة انهار البناء، فإذا بنيت ابنك على أسس خاطئة سينهار في لحظة من اللحظات، وانهيارات أولادنا انهيارات أخلاقية، وانهيارات في التعليم، وانهيارات في الأسلوب، وفي مفهوم الحياة وغيرها.

* * *



أسس بناء نفسية المراهق

هناك خمسة أسس لابد أن تُبنى عليها نفسية المسلم الحقيقي لكي يستطيع ذلك المسلم أن يخدم دينه.

١- لابد من زرع التفكير الإيجابي في ابنك.

٢- زرع الاهتمامات الصحيحة في ابنك.. هل زرعت في ابنك أن يفتح مجلة أو صحيفة أو كمبيوتر.. ما هي الاهتمامات التي زرعتها في ابنك التي سيتكلم فيها مع أصحابه وسيعيش بها حياته؟

٣- زرع المهارات، ويجب على كل أب وأم أن يكتشفا في ابنهما ما هي مهاراته سواء مهارة خطابة أو إلقاء شعر أو كتابة أو مهارة من المهارات الرياضية أو...إلخ، لابد من معرفة الشيء الذي يتميز فيه ابنك.

ولنا في رسول الله صلى الله عليه وسلم وسيرته خير مثال في كيفية بناء الأمة، ولعل أعظم من أفرز في هذه الأمة المهارات هو رسول الله صلى الله عليه وسلم، هو الذي أبرز مهارة رافع بن خديج وهو مصارع وسمرة بن جندب وهو رامٍ ماهر.

لقد أبرز الرسول صلى الله عليه وسلم هذه المهارات في أعظم صورة مثل القتال بشجاعة، وهناك أيضًا مهارة الحفظ وسرعة التعلم وسرعة القراءة عند صحابي اسمه زيد بن ثابت، واستطاع هذا الصحابي الشاب في أسبوعين أن يتعلم العبرانية وما فيها ويعرف تفاصيلها كتابة وحفظًا، أيضًا مهارة القيادة عند أسامة بن زيد حيث اختاره الرسول صلى الله عليه وسلم للقيادة لأنه يتميز فيها.. إذن على هذه الأسس بُنيت هذه الأمة.

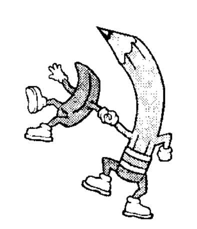


٤ – العلاقات، لابد أن تعلّم ابنك كيفية بناء العلاقات، علّم ابنك كيف يبني علاقة صحيحة، وهذا الأساس يُزرع من المرحلة الابتدائية ثم الإعدادية ثم الثانوية.

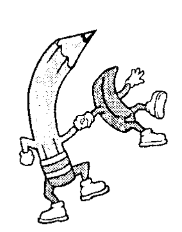
ويجب أن تسأل نفسك هل أنت كأب تبني علاقات صحيحة؟ وما هي علاقتك بابنك؟ هل هي قائمة على الحوار؟ هل هي قائمة على أنك تستفيد من خبراته وإن كانت صغيرة؟

٥ – القدوات، يجب أن يكون لدى ابنك قدوة، وليست بالضرورة أن تكون أنت هذه القدوة، وإنما لابد من زرع القدوات المستمرة.. القدوة الصالحة واضحة المعالم حتى يكون لدى ابنك مُثل عُليا.

فإذا وجدت خللاً في أي أساس من هذه الأسس فاعلم أنك تربي تربية لن يستفيد بها الإسلام.



قضية
المراهقة





قضية المراهقة

والآن نتطرق إلى موضوعنا وهو المراهقة، وسأتناول الموضوع بمدخل مختلف وهو مدخل المراهق والآباء، والآن تعال معي لنعرف رأي بعض الآباء والأمهات في أبنائهم.

رأي الوالدين..

أب يقول: ابني عندما يغضب أو يتعصب يفقد السيطرة على نفسه تمامًا فكيف أتعامل معه على أنه شخص ناضج وكبير؟ وكيف أوليه ثقتي؟

أب آخر يقول: مستحيل أن أثق في ابني أبدًا لأنه يقول لي شيئًا ويفعل شيئًا آخر.

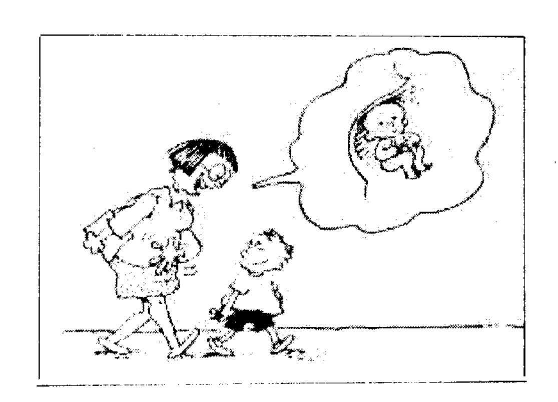
أم تقول على أولادها: إنهم مازالوا صغارًا ولا أقدر أن أثق فيهم.

أم أخرى تقول: ابني عمره ١٤ سنة ويجب أن أقول له كل يوم بالليل هل غسلت أسنانك؟ فكيف أعامله على أنه كبير؟

أم أخرى تقول: ابنتي لا تنظف غرفتها مطلقًا من تلقاء نفسها وإنما يجب أن آمرها بذلك، فكيف أعاملها على أنها فتاة ناضجة؟

والآن نعرف رأي المراهقين...

يقولون إن آباءنا يعاملوننا كأطفال فهم مازالوا يروننا "عيال" في مرحلة الابتدائي رغم أننا أصبحنا في إعدادي.. بابا وماما لا يوافقان عندما أطلب منهما أن أفعل كما يفعل زملائي.. أبي وأمي لا يسمحون لي أن أخرج وأتمشى مع أصدقائي.. لا يسمحون لي أن أزور أصحابي.. بابا وماما لديهما فضول شديد جدًا، كل شيء يريدان أن يعرفاه.. أين أذهب، وقابلت من، وأصدقائي أين يسكنون.. نحن نحتاج إلى حرية لكنهم يضعون لنا قيودًا كثيرة.. أنا كبرت بما فيه الكفاية وأستطيع أن أتخذ بعض القرارات.. أنا في الصف الثاني الإعدادي وحتى اليوم أمي وأبي يفتحان حقيبتي ليعرفا الواجب.. وفي التليفون يجب أن أتكلم بوقت زمني محدد، نصف ساعة أو ربع ساعة وأنا أريد أن أتكلم بحرية مع أصحابي.





لماذا سُميت مرحلة المراهقة بهذا الاسم؟

إن كلمة "المراهقة" أتت من لفظ "رهق" وهي بمعنى اقترب، فهي فترة زمنية وعمرية يقترب فيها الشاب إلى النضوج إلى أن يصبح شابًا صاحب شخصية متزنة، وأنا لدي تعريف آخر لمعنى المراهقة وهو أن المراهقة عبارة عن إعادة ترتيب البيت.

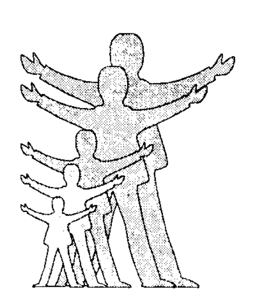
هذه الفترة في عمر الأطفال والأولاد فترة إعادة وتشكيل وتغيير لكل شيء، الطفل كان يرتدي بطريقة، كان يتكلم بطريقة، ثم يريد أن يتكلم بطريقة أخرى، كان ملتزمًا في المدرسة ويحصل على نتائج فيريد أن يغير تلك النتائج حتى لو كانت أقل، أصبح لديه أفكار ورأي وأصبح يستطيع أن ينقد ويفكر، أصبح له أسرار وبدأ يبحث عن هُوية يكبر عليها، هل سيكون مثل بابا أم مثل ماما أم مثل خاله أم عمه، المراهق يريد أن يصبح مختلفًا وبالتالي يبدأ المراهق في إعادة ترتيب بيته وترتيب نفسيته..

وسأضرب لكم مثالاً لنقرب الأمر إلى الأذهان، تصور أن زوجة أرادت أن تنظف وترتب البيت فقامت بعمل حملة تنظيف عامة في البيت، لإعادة ترتيب غرفة النوم بتغيير مكان الدولاب وتغيير مكان السرير ثم تخرج للردهة فتعيد

ترتيبها ثم المطبخ ثم الحمام وفجأة وأثناء قيامها بذلك دخل الزوج البيت وبدأ يصدر الأحكام على مقدار النظافة ويقيّمها ما هذا الشيء الموضوع هنا؟ والورقة لماذا هناك؟ ولماذا شكل المطبخ هكذا؟ و...إلخ، فتقول الزوجة ادخل غرفة النوم، أنا لم أفرغ ولما أنتهي من عملية التنظيف تمامًا تعال وانظر ثم احكم.

إذن عملية الترتيب هذه تحتاج لوقت وهذه هي حقيقة المراهقة..

إن المراهق يحتاج لوقت حتى يرتب البيت من جديد، ومن هنا يجب على كل أب وأم أن يصبروا قليلاً ولا يصدروا الأحكام بسرعة، كما يجب عدم النقد الدائم للمراهقين..



إن الله تعالى أعطى الإنسان عمرًا حتى يتعلم في كل هذا العمر ما جهله، ولقد خلق الله الأطفال وجعل لكل فترة نمو وقتها، فالوليد لا يستطيع أن يجلس ولا أن يتكلم، ثم بمرور الوقت يتعلم كيف يجلس وكيف يمشي وكيف يتكلم.

إن الطفل الوليد يمر عليه ٢٤ شهرًا حتى يكبر ويصل لسن الفطام، وكذا الحال مع المراهقة لأنها بمثابة ولادة جديدة لابنك في قيمه ومبادئه وسلوكياته وأسلوبه وطريقه تعاملاته فإن المراهق يحتاج لحنان وطيبة وتشجيع، مثل الطفل الصغير عندما بدأ يتحرك أول مرة تذكر كيف كنت سعيدًا بذلك وكيف كنت

تشجعه وتلاعبه وهو صغير، فلكي تستطيع أن تفهم المراهق لابد أن تنـزل لهـذا المستوى وتنظر له على أنه يعيد ترتيب البيت لأنه في مرحلة ولادة جديدة؛ وبهذا نستطيع أن نصل لقدر من التفاهم مع المراهق وتصبح الصورة واضحة المعاني.

فإذا لم تكن الصورة واضحة سيصبح التعامل مع المراهق غايـة في الـصعوبة لأنك إذا لم تدرك الصورة الرئيسية لن تستطيع أن تجمع أجزاءهـا بـل سـترتكب الكثير من الأخطاء، وإذا حاولت أن تصلح ما فعلته فلـن تـستطيع، لهـذا يجب إدراك الصورة الحقيقية للمراهق ومعرفة ما هي الأمور الطبيعية في هذه المرحلـة وما هي الأمور غير الطبيعية، الأب الذي يسأل هـل مـن الطبيعـي أن يتعـصب ابني ويغضب بسرعة على كل شيء أقول له نعم طبيعي جدًا أن يحـدث ذلـك في سن المراهقة، وإذا انفعلت أنت عليه فأنت المخطئ لأنـك غـير مـدرك أن هـذه العصبية من سمات تلك المرحلة التي يمر بها ابنك..

وأذكر شابًا عمره ١٧ سنة يقول لي إنهم لا يدركون ما أمرُّ به ولا يستطيعون أن يفهموا أنني عندما أتعصب أو أغضب فـإنني أتمنـى لـو لم أفعـل ذلـك، إذن العصبية ليست سوء أدب من المراهق.

كما يجب على الآباء والأمهات إدراك المواضيع التي يصح الحـوار فيهـا مـع المراهق، فالمراهق لا نتكلم معه عن فتح بيت المقدس في سن ١٢ أو ١٣ سنة لأن أهدافه دائمًا أهداف للغد وللأسبوع القادم فقط.

المراهق ليس لديه القدرة الذهنية ولا النفسية التي تؤهله أن يحدد الأهـداف البعيدة لذلك يجب أن أحدد الأهداف الصغيرة بالنسبة للمراهق.



إن الكثير من الآباء والأمهات يقولون إن أولادنا في فترة المراهقة يتغيرون.. البنت كانت ترجع من المدرسة وتحكي لأمها على كل شيء أما الآن فهي صامتة دائمًا وتدخل غرفتها وتغلق الباب على نفسها..

والابن كان في وقت من الأوقات أقول له افعل كذا أو لا تفعل كذا فيستجيب فورًا وأصبح الآن يقول لماذا أفعل كذا؟ ويجب أن أتناقش مع ابني وأتفاوض معه حتى يفعل ما أطلبه منه..

وهناك سؤال يطرحه الكثير من الآباء والأمهات: ماذا فعلت لكي يصدر من ابني هذا السلوك؟

أم تقول: ابنتي متقلبة المزاج جدًا وتصدر منها تصرفات سلبية، ما الخطأ الذي فعلته لتكون هي هكذا؟

وأم أخرى تقول: ابني ذكي جدًا وإمكانياته العقلية أكبر من أخته لكنه رسب في مادتين وأخته يكتب اسمها على لوحة الشرف، هل الخطأ فيّ أم في الولد؟

وأنا أقول لهم: هذا أمر طبيعي لأنه في سن المراهقة.

وهناك آباء وأمهات يقولون: إن هناك اختلافًا بين أبنائهم رغم أن المعاملة واحدة فنسمع أمًا تقول: لقد تعاملت مع أولادي كلهم معاملة واحدة إلا ابني فلان عاملته معاملة مختلفة لأنه دائمًا دون إخوته يُحدث المشاكل.

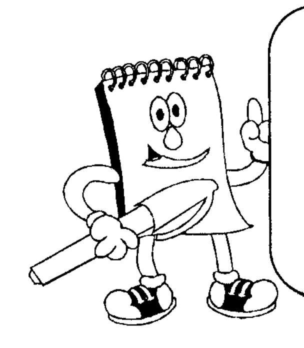
وأم تقول: ابنتي الكبيرة تقول لي أي شيء بخصوص مشاعرها أما ابنتي الثانية فالكلام صعب جدًا معها فهي تحتفظ بأسرارها لنفسها وتكتم عني مشاعرها.

وأم تقول: هذا مؤدب وهذا مشاكس.

وأم تقول: ابني متفوق والتحق بكلية الطب والآخر بالكاد ينجح.

وأنا أقول: إن الاختلافات بين الأبناء أمر طبيعي، ولابد أن يفهم المربي هذه الاختلافات، لأن هذه هي مهمة المربي، فإذا كان لديّ ابن حساس وابن أقل حساسية أو ابن عنيد وابن أقل عندًا أو ابن عاطفي وآخر عقلاني أو ابن اجتماعي وآخر انطوائي، فيجب على المربي أن يعرف تلك الاختلافات، ويدرك أنه ليس هناك إنسان كالآخر حتى لو وضعت الشخصين في نفس المناخ ونفس التربية ونفس التوجيه ونفس المعاملة ونفس الأكل والشرب والمدرسة..

إن كياسة الأب وفطنة الأم أن يعيا هذه الاختلافات ويتعاملا مع كل ابن بالطريقة التي تصل بهذا الابن لبر الأمان..

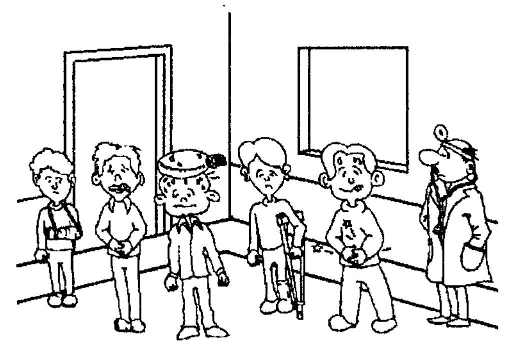


وأنا أشير هنا إلى أن العدالة بين الأبناء التي أمر بها رسول الله صلى الله عليه وسلم ليست العدالة المادية فقط بل إن العدالة المادية سهلة التحقيق وإنما الأهم

والأعظم في العدالة هو معرفة ما الذي يحتاجه هذا الابن، فهناك ابن يحتاج حنانًا وهناك ابن يحتاج عقلاً وتفكيرًا، وهناك ابن يحتاج توجيهًا.. هذه هي التربية..

ونحن في حاجة لفهم معالم المراهقة ومعالم التغيرات التي تحدث للأولاد في فترة المراهقة؛ لأنهم يعانون معاناة شديدة جدًا وخصوصًا إذا لم يكن في البيت توافق، لذا يجب أن يدرك الآباء أن هناك تغيرات تحدث للمراهق وتغيرات تحدث للآباء أنفسهم.

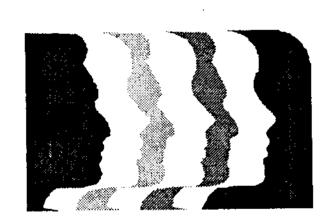
وعلى المربي أن يدرك أن المراهق يمر بأزمات ومشاكل لها أبعاد في نفسيته، وهذه الأزمات عبارة عن أربع أزمات من أكبر الأزمات التي لو استطاع أن ينجح أي أب في حلها سينتج عن ذلك ولد في تركيبته شيء مختلف عن غيره، وهذا ما يميز طالب عن طالب وابن عن ابن.





أزمات يمر بها المراهق

١- الهُوية



يسأل المراهق نفسه: هل ينتمي لهذه الأسرة أم ينتمي لأصحابه؟ هل ينتمي للطابع الغربي أم الشرقي الإسلامي؟

المراهق يبحث عن هوية لينتمي إليها، وبالتالي سينتمي إما لوالده أو والدته أو الأسرة والمحيط الذي يعيشه لو كان الجو العام في الأسرة صحيًا، أو سينتمي لصديقه أو أحد أصحابه أو سينتمي لأفكار أيًا كانت هذه الأفكار..

وأزمة الهوية من أكثر الأزمات التي يمر بها الشاب في سن المراهقة لأنه يريد أن يكتمل نموه ويريد أن يثبت شيئًا.

٢- الفراغ

يكون لدى المراهق وقت طويل وفراغ كبير فيبدأ يجلس أمام التلفاز أو يجلس بمفرده أو على النواصي أو في النوادي أو يذهب للسينما أو المسرح أو

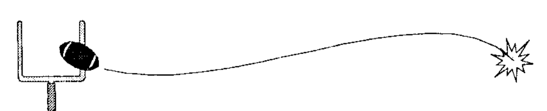
يأخذ سيارة والده ويخرج مع أصحابه في رحلة لعدة أيام في الساحل الشمالي من غير هدف، فقط لأنه يريد أن يقتل وقت الفراغ.

فإذا استطاع المربي أن يملأ وقت ابنه لأن الوقت هو الحياة فحينها سينجح الأب والابن، ويقولون دائمًا إن أغلى ما يملك الإنسان هو عامل الزمن، الثواني والدقائق والساعات، فإن مرت مر أثمن ما يملك الإنسان.

واسأل نفسك أيها المربي: كيف تستطيع أن تملأ وقت ابنك ؟

اكتشف مهارات ابنك، فهناك مهارات في براعة التعامل مع الأرقام وفي براعة استخدام الكلمات، هناك مهارات التفكير الإبداعي والقدرة على إبداع شيء ككتابة قصة أو شعر، هناك مهارة إجادة العديد من الرياضات وإنجاز كثير من الأعمال سواء كانت المنزلية أو غير المنزلية، هناك مهارة إدراك احتياجات الآخرين.. هناك شباب نربيهم على أن يكون لديهم القدرة على إدراك احتياج الآخرين وعدم الرهبة من الناس حتى يصبحوا اجتماعيين ثم يبدؤون بالمشاركة في جمعيات أهلية وفي توزيع حقيبة رمضان للفقراء، هناك مهارات في امتلاك ميول فنية مثل الرسم..

إذن لابد من التعامل الجيد مع الفراغ، ودائمًا ابحث عن الكامن في نفس ابنك ليصبح ابنك صاحب كيان.



٣- تحديد الأهداف

لابد أن تُعلم ابنك كيف يكون له هدف وسنتناول تلك النقطة بالتفصيل فيما بعد.

٤- القيم الأخلاقية

لابد أن يتعلم المربي كيف يبرز القيم الأخلاقية.

لقد أشرنا إلى أن هناك عدة تغيرات تحدث في فترة المراهقة، وهذه التغيرات لا تكون للمراهق فقط بل لوالديه أيضًا، والآن سنتناول التغيرات التي تحدث للوالدين في مرحلة مراهقة أولادهم.

* * *





تغيرات تحدث للوالدين

١- كثير من الآباء يقولون نحن نشعر بمتغير في فترة مراهقة الابن، وهذا المتغير هو أن ذكاءهم قد قل، الأب يقول: أشعر أن ابني يضحك علي، ويجد الأب ابنه يجادله بشكل مفزع يجعل الأب في كثير من الأحيان لا يكمل المناقشة ويصدر فرمانًا بعدم الخروج وينهي النقاش، وهذا أول متغير يشعر به الآباء ويشتكون أن ذكاءهم قد نقص في مرحلة مراهقة أبنائهم.

٢- نلاحظ جميعًا أن الطفل في سن المرحلة الابتدائية يلتصق بأمه وأبيه ويكون لديه شعور بالسعادة والفخر بوجوده بجوارهما، ثم فجأة في مرحلة المراهقة تجد الولد لا يحب أن يمشي مع والديه، ولا يفتخر بوالديه، حيث يحدث قدر من التغير لدى الآباء والأمهات، وكأن شكلهم العام أصبح غير مناسب لأولادهم، حيث حدثت تغيرات بدنية للآباء والأمهات، فأصبح شكلهم العام لا يناسب "برستيج" الولد المراهق.

٣- يكتشف الوالدان أنهما في سن مراهقة ابنهما أصيبا بالشيخوخة وفقدان الذاكرة وكأنهما أصيبا بالزهايمر، فتقول لابنك: افعل كذا أو لا تفعل كذا فيقول الولد هذه هي المرة المائة التي تقول لي نفس الأسطوانة ونفس الشريط، ويقترح الابن عليك اقتراحًا وهو أن تسجّل شريطًا ثم تشغله من وقت لآخر، وتكتشف

فعلاً أنك تكرر الكلام لأولادك بشكل غير عادي حتى يقتنعوا أو ينفذوا ما تريد، وبالرغم من كل هذا لا يفعلون ما تريد.

٤- يصبح الوالدان كما يقولون "دقة قديمة" فلم يعد الوالد يجاري الابن فيما يستطيع الابن أن يقوم به أو ما يعرفه أو ما لديه من مهارات وإمكانيات.. فينظر الوالد إلى نفسه وكأنه ينتمي إلى عالم مختلف عن هذا العالم تمامًا.

٥- لم يعد الوالدان قادرين على التواصل مع أولادهما في سن المراهقة، قبل المراهقة كان الابن والبنت يحكيان كل شيء، أما الآن فلم يعد هناك حوار بين الوالدين والمراهق، فتجد المراهق غير متقبل أي نصيحة من والديه وتجده يجلس في غرفته طوال الوقت أو مع أصحابه على الإنترنت أو يتكلم في التليفون أو.. إلخ.

٦- يصبح الوالدان مزعجين وتصبح المناقشة معهما مزعجة، ونلاحظ أن كثيرًا من الشباب والشابات في فترة المراهقة يتجنبون النقاش مع أبيهم وأمهم لأن النقاش ينتهي في كل مرة بمشاجرة، وكأن الوالدين أصبحا لا يفهمان، وبالتالي أصبح الإنسان وكأنه مزعج لأولاده.

٧- يصبح تأثير الوالدين على أولادهما ضعيفًا وأحيانًا منعدمًا، فالمراهق يتأثر بالإنترنت والفضائيات ويتأثر بأصحابه ومدرسيه وكل الناس، لكن أنتِ كأم أو أنتَ كأب أصبح تأثيركما أقل مما كان من قبل.

* * *



تغيرات المراهقين

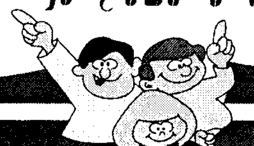
١- يشعر المراهق أن ذكاءه بدأ يزداد وإمكانياته العقلية والذهنية أصبحت أعلى من ذي قبل، فيصبح لديه القدرة على النقد الشديد للآباء والأمهات وتفحص الأخطاء الواضحة بشكل كبير.

٢- يشعر المراهق أن الأصدقاء أكثر دراية من أي شخص آخر، فيحكون لزملائهم كل شيء يحدث في البيت، يحكون مشاكل البيت ومشاكلهم في الدراسة ومشاكلهم العاطفية ومشاكلهم النفسية والسلوكية.

٣- يصبح لدى المراهق عدم القدرة على التواصل، فيقضون في غرفهم أكثر الوقت.

٤- نشعر وكأن المراهق أصبح مساهمًا في شركات، وعليه أن يجعل تلك الشركات تحقق مكاسب، فتلاحظ وكأن أولادك مساهمين في شركة الاتصالات والإنترنت وشركات النور والهاتف وغيرها من هذه الأمور، فنجد قدرًا من الإسراف الشديد في استخدام هذه الأشياء.

٥- يكون المراهق سريع الغضب وقريب الانفعال.



إن الرحلة التي نخوضها داخل نفسية المراهق، هذا الشاب الطفل الرجل المتناقض المتقلب صاحب العواطف والمشاعر المتغيرة والمتبدلة، صاحب الأهداف غير الواضحة، المتكاسل عن أداء كثير مما هو واجب عليه.

هذه الفترة فعلاً هي فترة متقلبة لا نستطيع الحكم على الشاب بشكل جيد فيها.. ففي أول فترة المراهقة في سن الصف الأول الإعدادي تجد قدرًا من التكاسل ثم تجد في الصف الثاني الإعدادي أو الثالث الإعدادي الأمر مختلفًا ثم في فترة الثانوية اختلف اختلافًا آخر.

* وهناك أسئلة لابد لنا أن نسألها لأنفسنا أولاً الآباء وأولياء الأمور قبل الأبناء..

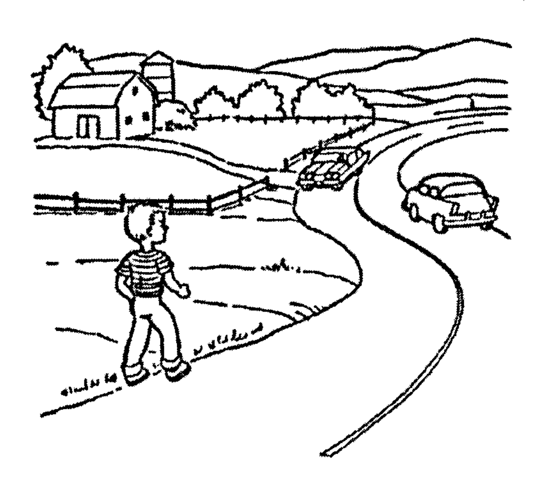
هل كنتم فرحين بحمل زوجاتكم؟ اليوم الذي قالت لك فيه زوجتك أنا حامل هل كنت سعيدًا؟ وما هي طموحاتك وآمالك من هذا الحمل؟ هل أن يكون ولدًا أو بنتًا فقط؟ هل دعوت أصحابك وأهلك لحضور عقيقة ابنك؟ قل لي بالله عليك هل تحلم لولدك وابنتك بمستقبل واضح المعالم سواء في كليته أو في مدرسته أو في تعاملاته مع الناس أو في وظائفه بعد ذلك؟ هل كنت تتمنى لأبنائك سلوكيات أفضل من الآن؟

حقيقة إجابات كل هذه الأسئلة لابد أن تكون بنعم، ولكنني أتساءل أين ذهبت نعم ؟

وأنا أذكر سباقًا في الجري شاركت فيه وأنا في المرحلة الثانوية حدث في مصر والتنظيم فيه لم يكن تنظيمًا دقيقًا حيث كانوا يحددون نقطة البداية ونقطة النهاية

فقط لكن الطريق من بدايته إلى نهايته لم يكن محددًا، وكـان خـط الرحلـة مـسافة عشرة كيلومترات..

وبدأ كل متبارٍ يجري والأمر مختلط عليه، والكل يتساءل أيـن الطريـق، هـل نسلك اليمين أم اليسار ثم وجدنا ثلاثة يجرون في طريق فجرى الجميع خلفهـم، واكتشفنا بعد جري حوالي كيلو مـتر أنهـم مـن المنظمـين للمـسابقة ولم يكونـوا مشتركين في السباق.



وللأسـف هـذا هـو الحال مع الآباء والأمهات وهـو أنهـم لا يملكـون منهجًـا واضـحًا في عمليـة التربية وليس لديهم معرفـة واضـحة بقـضية التربيـة وبالتـالي فـإنهم يمـشون في طريـق مـسدود، ثـم بعـد ذلك يبدؤون في البحث عن طريق آخر، فلـماذا لا يكـون الطريـق واضـحًا مـن البداية؟ لماذا ليس لدينا دراية في علوم التربية قبلما يصل ابني لهذه المرحلـة حتـى أكون على دراية بابني وتطوراته المختلفة التي تحدث له؟

* * *



من محفزات التركيز

يحدث في مرحلة المراهقة نوع من أنواع النقص في نسبة التركيز المختلفة إلا أن هناك نقاطًا تحفز ابنك على التركيز، وهي:

أولاً: يجب أن تجعل ابنك يمارس رياضة ما فبدون الرياضة البدنية المنتظمة لن يستطيع ابنك أن يحقق قدرًا عاليًا من التركيز، ومن هذه الرياضة مثلاً التمرينات الرياضية مثل السويدي وغيرها من التمرينات المتبعة، وستجد أنه مع مرور الوقت سيصبح لدى ابنك قدرة على التركيز.

ثانيًا: يجب أن تزرع في ابنك ثقته بنفسه.

ثالثًا: يجب أن تشجع ابنك على تحمل بعض المسئوليات داخل البيت لأنه لو تحمل مسئوليات داخل البيت وأثناء الدراسة سيدرك مسئوليته وأنه يتولى مسئولية المذاكرة نفسها ويصبح لديه تنظيم في الوقت.

رابعًا: لابد أن تتعلم كيف تربي حتى يكون لديك التوجيه الذي يتطلبه الموقف، مثلاً الابن الذي لا يذاكر كيف يُوجه، والابن الذي يحصل على نتائج ضعيفة كيف يُوجه.

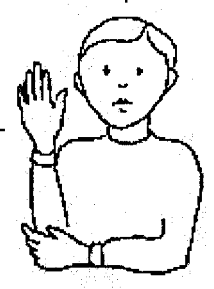
لذا يجب أن تتعلم كيف تبني هذه السياسة العامة في عملية التربية.



خامسًا: يجب أن تبتعد عن الجدال مع الولد، فلا تدخل في مناقشات سفسطائية أو جدل عقيم لأنه يشغل تفكير ابنك أثناء فترة دراسته.

سادسًا: يجب أن تتعلم كيف تستمع لابنك وتتعرف على مشاكله.

إذن لابد من معرفة قواعد التربية مسبقًا قبل حدوث المشكلة حتى تتمكن من حل مشكلات ابنك في مراحل عمره المختلفة.



* * *



هذه القصة قصتي أنا، أذكرها وأنا أرجع الفضل لله تبارك وتعالى ثم لأستاذ من أساتذتي لعلي أرد إليه بعض الفضل بعد الله تبارك وتعالى، وهذا الأستاذ اسمه الدكتور محمد نصار أستاذ اللغة العربية في مدرسة الأورمان النموذجية، كنت في الصف الأول الثانوي، والقريبون مني يعلمون أنني كنت شخصية خجولة، لا أستطيع أن أواجه الآخرين لدرجة أن والدتي كانت تعد لي ١-٢-٣ وأنا داخل بالشاي على الضيوف حتى يمل والدي فيُدخل هو الشاي للضيوف..

وفي رمضان ذهبت مع الوالد لصلاة التراويح، وسمعت الشيخ يقول لابد أن نفعل شيئًا للإسلام، ويجب على كل من سمع ما قيل أن يبلغه لغيره من الناس فكبر في ذهني أن أقول كلمة لزملائي في المدرسة، فذهبت للدكتور محمد وقلت له: بعد إذنك أريد أن أقول كلمة بعد صلاة الظهر لزملائي لأنني سمعت الشيخ أمس يقول كذا وكذا.. قال لي موافق يا ياسر، جهز ما تقول وتعال لتقول لي الكلمة، ثم بعد ذلك تقولها لزملائك في مسجد المدرسة بعد الصلاة، فذهبت لوالدي وأخبرته أنني سأقول كلمة غدًا في المدرسة وهذه كانت أول مرة أتكلم فيها أمام أحد، فلابد أن يكون كلامي مضبوطًا فجهز لي عشر جمل لأحفظهم وجلست الوالدة وأخواتي أمامي طوال الليل وأنا لا أبالغ لقد جلست طوال الليل أسمّع، وعلى مشارف المدرسة ودعني والدي وقال لي: ربنا معك،

ودخلت على الدكتور محمد وأعطيته الجمل فقال: ممتاز، عليك أن تقولها بثبات، قلت له: لا تخف سأطيل رقبتك اليوم، ولقد دفعتني ثقته فيّ لإلقاء تلك الكلمة، وكل الحصص التي سبقت الفسحة كنت جالسًا أسمّع الكلام الذي سأقوله حتى أكون على مستوى ثقة أستاذي ووالدي ووالدتي والجميع.

وبعد الصلاة قال الدكتور محمد: زميلكم ياسر سيقول لكم كلمة بمناسبة رمضان، هيا يا ياسر قل، فشعرت أن رأسي خفت وأن ما كان في رأسي مُسح تمامًا فجلست أجمّع شتات نفسي وأحاول أن أتذكر ما أردت أن أقوله وأحاول أن أسترجع العشر جمل، أين هي؟! أين ذهبت؟! حتى جملة واحدة لم أجد.. فقلت في نفسي: ربنا يستر، إن شاء الله سيكرمني الله، وقلت إن الله لن يظلمني..

وفي النهاية لم أجد في ذهني أي شيء لأقوله، كل شيء مُسح من ذاكرتي بممحاة مسحت كل الكلام، قلت لنفسي: لقد وقعت في شر أعمالي، مؤكد هذا ذنب فعلته وبسرعة قلت أقرب شيء أن أقرأ لهم الفاتحة وربما بعد ذلك سأتذكر الكلام فقلت "بسم الله الرحمن الرحيم.. الحمد لله رب العالمين.. الرحمن الرحيم..." ولم أستطع أن أكمل، حتى الفاتحة لم أستطع أن أقولها، فقلت: أنتم تعرفون الفاتحة، أنا كنت أقرأ لكم فكملوها أنتم ثم صمت.. والدكتور يقول لي تكلم يا ياسر، لكنني صمتُّ صمتَ القبور بلا حركة كالجبل الراسخ، وكنت في الصف الأول الثانوي وطبعًا شباب ثانوي وجدوها فرصة ليسلوا صيامهم في رمضان عليّ، وظلوا يضحكون علي وأسمع كلمة تقال من هنا وكلمة تقال من هناك كل الدنيا تضحك علي وفي ذهني لماذا فعلت ذلك في نفسي؟ لماذا لم أكن مع الجالسين الذين يضحكون أفضل من أن يُضحك علي؟ لماذا ذهبت للدكتور محمد وقلت له أنا محل ثقتك؟ ولماذا أتعبت والدي وأمي؟

هذا الحديث كله دار في نفسي حقيقة.. حديث يدور في ذهن مراهق في الصف الأول الثانوي في موقف اهتزت ثقته في نفسه تمامًا وهو من الأساس غير واثق في ذاته، واستطاع الدكتور محمد السيطرة على الموقف بقوله: هيا، كل على فصله وجلست في المسجد لا أتحرك، أنتظر الجميع أن يغادروا وتظاهرت بأنني أصلي ركعتين، والحق يقال أنا لا أعلم كيف ركعت وكيف سجدت، فلم أكن أريد الصلاة وإنما كنت أحاول الهروب، ومر الناظر فوجدني في المسجد فقال لي: لماذا أنت هنا، اذهب لفصلك فذهبت مسرعًا للفصل وكان الفصل ممتلئًا بالطلاب، قلت: كيف سأدخل وأريهم وجهي وكان من حظي أن الحصة التالية كانت حصة الدكتور محمد ماذا أفعل والناظر خلفي يقول لي ادخل فصلك فقلت سأدخل وأمري لله وبمجرد دخولي سمعت طبعًا سيلاً من الضحك الشديد وكنت أشعر أنني أصغر كائن موجود في الكون، تمنيت لو أن الأرض تنشق وتبتلعني، لو استطعت الهرب اليوم من المدرسة لفعلت.

هذه بالضبط هي الأحاسيس التي كانت بداخلي ودخلت وأن أحاول أن أخبئ وجهي من الدكتور محمد، طبعًا منظري كان سيئًا جدًا، وكان الدكتور محمد يمسك بعصا كانت معه دائمًا لم يكن يضرب بها أحدًا لكن كانت في يده دائمًا، ثم أتى إليّ ودق بالعصا على المنضدة التي أمامي وقال: أنت، قلت: أنا! قال: نعم أنت قم، قلت: يا دكتور لو تريد فعل شيء لا تفعله أمام أصحابي افعله بعد الحصة، قال: هيا قم تحرك أمامي، فمشيت أمامه كالأسير لا حول لي ولا قوة ونظرت في الحائط فقال لي: انظر لزملائك، قلت له: يا دكتور محمد بعد إذنك أنا من المتفوقين، أنا مخطئ أنا.. قال لي: ارفع يدك، ارفع يدك اليمنى، والله الذي لا إله إلا هو مازلت أحس بأنامل يديه على أصابعي في يدي اليمنى ورفع يده وأمسك بيدي اليمنى، وقال الآتي: زميلكم ياسر الوحيد الذي حاول أن يتكلم..

وعندما قال هذه الجملة قلت فعلاً صحيح أنا الوحيد الذي حاولت، فبالتالي أنا أفضل منهم جميعًا، ثم قال: وغدًا سيتكلم زميلكم ياسر، لا تتصور كم الثقة التي أعطيت لشاب في مقتبل العمر في سن المراهقة، لقد جعلني أفكر في التفكير الإيجابي لهذا الموقف، فعدت إلى والدي أقول له ولوالدتي أنا الوحيد الذي حاول أن يتكلم، فيسألني والدي هل تكلمت بصورة جيدة؟ فأقول له: يا بابا أنا الوحيد الذي حاول.. يا بابا أنا أفضل من غيري.. وسأتكلم غدًا.

إن التربية مراحل وخطوات ونقلات ومواقف والأب الذكي والأم الذكية والمربي الفاضل هو من يستطيع أن يستغل بعض اللحظات التي ربما تُحدث في الشخص نقلة أو تفجر فيه المهارات التي لم تكن بأي حال من الأحوال ستنفجر إلا في هذا الموقف ونفس الموقف مع مربٍ غير واعٍ بأصول التربية ربما يقتل روح التنافس والثقة بالذات.

ربما يأتي لك ابنك وهو فاشل ومخطئ رغم أنه بذل جهدًا لكنه لم يصل إلى ما أراده وهنا يحتاج هذا الابن منك أن تمد له يدًا عطوفة ورئيفة وقلبًا مفعمًا وعقلاً ذكيًا حتى تخرجه من هذا الموقف بثقة في نفسه وقدراته، وشعوره بقدر من الثبات، لهذا يقول الله تعالى: ﴿وَقُل رَّبِّ ٱرْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِى صَغِيرًا ﴿٢٤﴾﴾ [الإسراء].

وأنا أناشد كل أب وكل أم ألا يسلخوا أولادهم بقولهم لهم: نحن أنفقنا عليكم الكثير، وتعبنا معكم ويا ليته نفع.. هذا خطأ كبير يقع فيه الكثيرون.

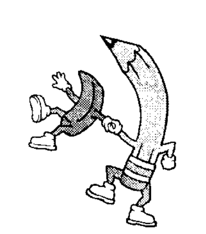
والآن أود أن أسأل كل أب وكل أم: هـل يمكـن أن تعتـذر لابنـك عنـدما تخطئ؟ هل مقبول في عاداتنا وتقاليدنا أن يتنازل الأب ويعتذر عنـدما يخطـئ في سلوك مع ابنه أو في تصرف أو في توجيه كان قد قـام بـه واكتـشف أنـه مخطـئ؟ وهل هذا الاعتذار يصح تربويًا؟

ولكي أجيب على هذه التساؤلات أحب أن أذكر موقفًا حـدث مـع رسـول الله صلى الله عليه وسلم في أحد الغزوات، والرسول صلى الله عليه وسلم كان في موضع الأب بالنسبة لكل المسلمين ناهيك عن أن النبي هو المشرع ناهيـك عـن أنه يوحى إليه..

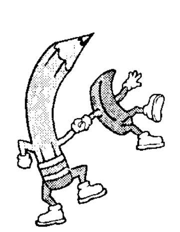
أخرج ابن إسـحاق في الـسيرة أن رسـول الله صـلى الله عليـه وسـلم عـدّل صفوف أصحابه يوم بدر، وفي يده قدح يعدل به القوم، فمر بسواد بـن غزيـة - حليف بني عدي بن النجار - وهو مستنتل من الصف، فطعن في بطنه بالقـدح، وقال: استو يا سواد، فقال: يا رسول الله أوجعتني وقد بعثك الله بالحق والعـدل فاقدني، قال: فكشف رسول الله صلى الله عليه وسلم عن بطنـه، وقـال: اسـتقد. قال: فاعتنقه فقبّل بطنه، فقال: ما حملك على هذا يا سـواد؟ قـال: يـا رسـول الله حضر ما ترى، فأردت أن يكون آخر العهد بك أن يمس جلدي جلدك فدعا لـه رسول الله صلى الله عليه وسـلم بخـير. وقـد استـشهد هـذا الـصحابي في هـذه الغزوة.



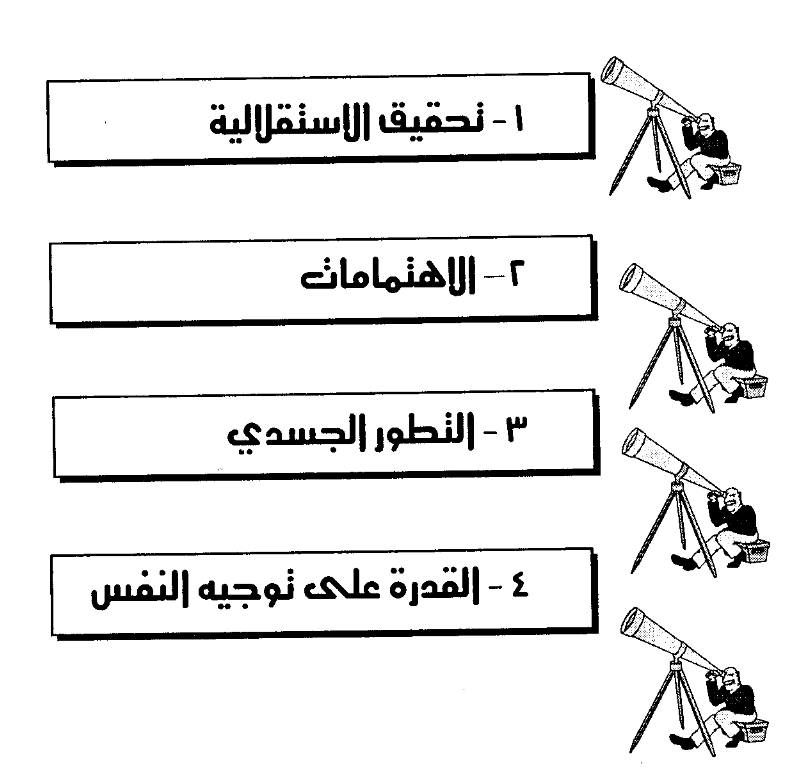
إننا نريـد أن نعلّـم أبناءنـا الاعتـذار عنـد الخطـأ، ونريد أن نعلمهـم ألا تأخـذهم العـزة بـالإثم، فلـيس عيبًا أن أعتذر عن سلوك خاطئ صدر مني لابني وإنما هو أمر يضعني في مصاف المرونة والقدرة عـلى اختيـار الصواب والخطأ ويجعل العلاقة بيني وبين ابني علاقة طبيعية وطيبة.



مراحل
المراهقة



سنقسم هذه المراحل إلى ثلاث مراحل، كل مرحلة من المراحل تتناول حوالي سنتين أو ثلاث سنوات من عمر المراهق، وفي كل مرحلة سنتناول نقاطًا أربعة هي:



المرحلة الأولى



مرحلة المراهقة المبكرة

وهي من عمر ١٢ إلى ١٤ سنة، وهناك من يقول إنها من ١٠ إلى ١٤ سنة، والمراهق في هذه المرحلة يتميز بمتغيرات معينة وهي:



١ – تحقيق الاستقلالية

في هذه المرحلة يحقق المراهق قدرًا من الاستقلالية، فنجده يقول: أنا هنا.. أنا موجود، أنا فرد فاعل في المجتمع.. أنا لست تابعًا..

وبالتالي يتولد ما يعرف باسم "الصراع من أجل إثبات الذات"، ومن هنا يبدأ ما يمكن أن نطلق عليه "الشريك المخالف"، كل شيء نقول عنه "نعم" يقول المراهق عليه "لا"، هيا نزور الأقارب، يقول لا أريد، هيا نأكل، يقول: لا بعد ساعة، نشاهد التلفاز، يقول أريد قناة أخرى.

سمات المرحلة:

إذن إحدى سمات هذه المرحلة **أن المراهق يريد أن يصبح موجودًا**..إذن لابد أن يكون مختلفًا وهذا ليس إساءة أدب ولا تهورًا أو عندًا وإنما هو يريد أن



تكون هناك لغة حوار.. الرأي والرأي الآخر، لهذا أناشد الوالدين أن يسمحا لأولادهما أن يتكلموا بصراحة في هذه الفترة..

ومن سمات هذه الفترة **تقلب المزاج** حيث يصبح الولد أكثر شراسة والبنت أكثر عاطفية، الولد يبدأ يخشن صوته ولا يريد أن يكون حبيب بابا أو حبيب ماما، وإنما ولد كبير، أما البنت فتنطوي على نفسها، وتكون مفرطة في الحساسية أو متأثرة أو تُكبر أشياء صغيرة أو في بعض الأوقات تكون حساسيتها حساسية داخلية فتبتعد عن كثير من الأنشطة التي كانت تقوم بها، أما الولد فيصبح مجادلاً ويحاول أن يحسن قدراته لاستخدام الكلام للتعبير عن النفس، فنجدهم يتكلمون عن الرأي والرأي الآخر.. ويتكلمون أن هذه بلد الديمقراطية ولا للديكتاتورية.. ويقول المراهق بابا أنت مخطئ، يكون هناك قدر من التهور لكن لديهم قدرات على النقاش..

من سمات هذه المرحلة أيضًا **عدم الإنصات للآباء**، مع إظهار عدم الاحترام لهم في بعض الأحيان مع تقلب المزاج والغضب، وهنا ربما يحدث بعض التجاوزات وبعض الألفاظ وبعض السلوكيات الخاطئة وبعض التقصير..

ومن السمات الطبيعية لهذه المرحلة **التأثر بالأصدقاء** والتأثر بتصرفاتهم وتقليدهم في طريقة اللبس وطريقة الكلام وأسلوب الحياة واستخدام نفس مفردات اللغة.

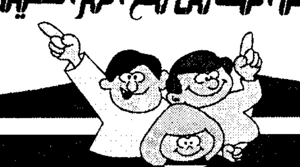


أيضًا هذه المرحلة من أكثر الأعمار السنية التي يبرز فيها **النشاط المفرط والحركة الدائبة من الأولاد**، فنجدهم يلعبون الكرة وراء المدارس وفي فسحة المدرسة ينطلقون، أيضًا في النوادي يلعبون الكرة باستمرار، رغم أن من سمات هذه المرحلة أن المراهق يريد أن يكون كبيرًا إلا أن هناك تصرفات كثيرة يكون فيها طفوليًا، ففي بعض الأوقات يكون لديه عدم الثبات على الرأي ويتشاجر لكي يحصل على شيء تافه ويتشاجر مع أخيه الصغير، فهو أحيانًا لا يحب أن يتولى المسئولية وبالتالي يميل إلى التصرفات الطفولية لأن هذه المرحلة وهي مرحلة المراهقة عمومًا - كما قلنا - ما هي إلا مزيج وإعادة ترتيب للبيت لأن كل شيء فيه غير مرتب.

أيضًا من سمات هذه المرحلة **القدرة على النقد الشديد للآباء والأمهات** فنجد المراهق يقول ماما عصبية.. بابا صوته مرتفع.. ماما لا يعجبها شيء.. كل شيء عند ماما وبابا يقولان عليه إنه حرام أو خطأ..

أيضًا من سمات هذه المرحلة **أن العلاقة بين الآباء والأبناء تكون علاقة متوترة فيها عدم استيعاب من الأب والأم للمرحلة**، فنجد الآباء في كثير من الأحيان يبكون على اللبن المسكوب قائلين لقد تعبنا في تربيتهم وهذا هو الحصاد.. كرست حياتي لهم ولكن بلا فائدة، لقد ضاع تعبي هباءً.. وتبدأ المشاحنات والشد والجذب ومن هنا يبدأ الأولاد في البحث عن أشخاص آخرين يعطونهم الاهتمام والحب.

أيضًا من سمات هذه المرحلة **أن المراهق يكون لديه أزمة ثقة**، فهو يريد أن يشعر بالاهتمام والحب وأن يجد من يقبله كما هو، وبالتالي يبدأ المراهق بالبحث



والانسجام مع بعض الأشخاص ربما يكون الخال أو العم أو ابن خاله أو ابن عمه أو صاحبه الذي ربما يكون فاسدًا أو فاسقًا أو صالحًا؛ لذلك أريد من الوالدين ومن المحيطين بالمراهق أن يتفهموا ويستوعبوا جيدًا سمات هذه المرحلة حتى يستطيعوا التعامل مع المراهق بصورة جيدة.

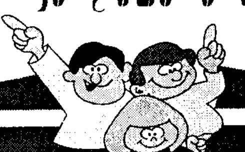
٢ - الاهتمامات



في هذه المرحلة يحدث اختلاف في الاهتمامات، ويجب أن نعلم أنه في هذه المرحلة لا يجب أن نقول للمراهق لابد أن تفتح بيت المقدس، ويجب ألا نقول له: ماذا ستعمل في المستقبل، لأنه سيقول لك: أريد أن أكون طيارًا وغدًا سيقول مهندسًا وبعد غد سيقول ضابطًا وبعد عدة أيام سيقول سباكًا وبعدها عاطلاً.

لابد أن يدرك الوالدان أن كل وقت وله أذان، وفي هذه المرحلة تصبح آمال المراهق وطموحاته غير واضحة وذلك لأن تفكيره لا يكون إلا في المستقبل الحاضر أو القريب فقط؛ لذلك نقول للآباء:

إذا أردتم أن تحفزوا أولادكم فحددوا لهم أهدافًا يمكن تحقيقها في فترة عشرة أيام أو أسبوعين ولا تتجاوز مطلقًا فترة تحقيق الهدف شهرًا وذلك حتى يستوعب المراهق أهدافه.



لأنك لو قلت له في هذه المرحلة من طلب العلا سهر الليالي لن يستطيع أن يستوعب جيدًا ذلك المعنى في تلك الفترة التي يمر بها، ولكل قاعدة شواذ واستثناءات، ولكن الطبيعي هو ما نتحدث عنه ولذلك نجد المراهق في الصف الأول والثاني الإعدادي يحدث له انخفاض في الدرجات الدراسية بشكل واضح.

أيضًا يكون لدى المراهق في هذه المرحلة طاقة كبيرة ويمكن استغلال تلك الطاقة عن طريق جعلهم يعملون في الصيف وهو أمر ليس عيبًا أو حرامًا، وربما تستغل تلك الطاقة في مشاريع التشجير التي تتم في الصيف والمعسكرات الإنتاجية؛ أو بقيامه بالأعمال الخيرية المختلفة القائمة على مساعدة الآخرين.

لذلك يجب توظيف قدرات الابن المراهق في شيء ناجح.



٣ – التطور الجسدي

في هذه المرحلة تحدث تطورات أو تغيرات جسدية للمراهق سواء ولدًا أو بنتًا، ومن هذا التطور الجسدي أن المراهق يبدأ طوله يزيد بشكل واضح، وذلك بدءًا من ظهور علامات البلوغ من تغير الصوت فيبدأ المحيطون به يلاحظون ذلك فنجد المراهق يبدأ المرحلة الأولى وهي مرحلة الخجل؛ لذلك نجد في هذه المرحلة أن البنت تصاحب بنتًا مثلها والولد يصاحب ولدًا مثله، ونجد الأولاد يبدؤون بالاستهزاء والسخرية من البنات، والبنات يسخرن من الأولاد لأنهم ليس لديهم الاهتمام المتصور والمتوقع بالجنس الآخر في هذه الفترة.. لذلك يجب على الأب والأم أن يسمعا لابنهما أو بنتهما إذا تحدث أو تحدثت..

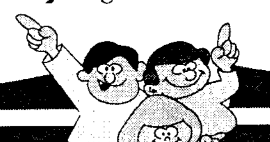
ويجب ألا يدفع الوالدان ابنهما أو بنتهما إلى تعميق العلاقة أكثر لأنهما لا يكون لديهما في هذه المرحلة ميل عاطفي واضح للجنس الآخر؛ لذلك نجد الفتاة تصادق فتاة في هذه المرحلة والفتى يصادق فتى رغم وجودهم في مدرسة مشتركة وهذا أمر طبيعي في هذه المرحلة.

أيضًا يصبح هناك ميل إلى الخصوصية فنجد الولد لا يريد أن يغيّر ملابسه أمام أبيه وأمه، وذلك لأنه بدأ يلاحظ كم التغيرات الموجودة التي اكتشفها في جسمه وفي نفسه، لذلك نجد الولد تحدث له تغيرات في الصفات الشخصية فنجده يضع الكريمات على شعره ويهتم بمنظره بشكل واضح فيذهب إلى صالات الجيم لكي يلعب رياضة وينمي جسده.

٤- توجية النفس

وفي هذه المرحلة يمر الولد بتجربة شرب السجائر، وهي تبدأ من الصفين الأول والثاني الإعدادي، فنجد الولد يجرب لأول مرة في حياته مسألة السجائر، وفي البداية تكون مسألة تجريبية بحتة نتيجة للظروف والمعطيات المحيطة للمجتمع، ونسبة المتعاطين للسجائر في مصر بلا فخر نسبة عالية جدًا..

وفي هذه المرحلة تبدأ بعض التوجهات الجيدة والسيئة فنجد الولد يذهب ليصلي في المسجد وفي



نفس الوقت أصدقاء السوء موجودون حوله فنجده يتأخر وفي نفس الوقت هو منتظم في صلاة الجماعة في المسجد، عندما يطلب من أمه شيئًا وتعطيه له ثم تقول له خذه ولكنني غير راضية نجده يتركه لأنه خائف من شيء؛ وذلك لأن قدرته على توجيه النفس موجودة ولكن تسلب منه في بعض الأوقات، لهذا لا يستوعب تفكير الولد في هذه الفترة الأشياء المعقدة لذا لا يجب أن نحدثه عن المفاهيم الدينية بطريقة معقدة ولكن بطريقة مبسطة حتى يستطيع أن يستوعبها.



المرحلة الثانية



المرحلة الوسطى

وتكون من سن ١٤ إلى ١٧ سنة، وفيها يصبح المراهق على مشارف الـصف الأول الثانوي وفي نهايتها يدخل لمرحلة أخرى وهي مرحلة الجامعة.

١ - تحقيق الاستقلالية

يصبح للمراهق صورة ثانية مختلفة فيكون له صورة أقوى من ذي قبل، ولكي يستطيع أن يحقق الاستقلالية نجده يقول بابا وماما يتدخلان في كـل شيء صغير أو كبير، ولا يتركاني أتصرف بحريتي، بابا ومامـا لا يفهـمان أنني بـدأت أنضج بشكل أستطيع فيه أن أتخذ قراراتي بشكل واضـح، وبالتـالي يبـدأ الأبنـاء يشتكون بشكل كبير من تدخل الآباء للنيل من استقلالهم..

إذن المراهق في سن ١٣ سنة يشتكي من والديه لأنهما يعاملانه كطفل، أما في سن ١٧ سنة فيقول هما يتـدخلان في كـل صـغيرة وكبـيرة ولا يتركـان لي حريـة التصرف فهما يريدان أن يعرفا أصحابي وأصدقائي وأين يـسكنون ومـاذا يعمـل والدهم ووالدتهم..

أيضًا من سمات تلك المرحلة **أن هذه السن هي سن الاهتمام بالمظهر وبشكل الجسم** فيذهب الولد لصالات الجيم ويحاول أن يربي العضلات لإظهار الشكل الذي يريد أن يراه عليه الآخرون، ويبدأ يظهر لديه نوع من أنواع النرجسية الخفيفة في حب الذات فيبدأ في تغيير أصدقاء المرحلة الإعدادية ليصبح لديه أصدقاء جدد فيختار مجموعة أخرى..

وهنا يبدأ لديه حب الظهور فيكون لكل ولد مجموعة من الأصدقاء وهو ما يُعرف بلفظ "الشلة"، ويتمنى الولد أن تكون له قدرة على السيطرة.

أيضًا من السمات التي تميز تلك المرحلة **أن المراهق يمر بفترات من الحزن**؛ ولذلك نجد أمهات يشتكين من أن البنت لم تعد مهتمة بنشاطها كما كانت وتجلس في غرفتها كثيرًا سواء للمذاكرة أو لغيرها، وإذا جلست مع الأسرة تكون جالسة في صمت، وهذا الأمر طبيعي في تلك المرحلة وذلك لوجود هرمونات في هذه المرحلة تؤثر في تركيبة الأولاد وتجعلهم يمرون بفترة من الحزن بشكل أو بآخر..

أيضًا في هذه المرحلة **يبدأ المراهق بكتابة مذكراته التي يعبر فيها عن مشاعره**، وأرجو من أي أب وأم أن يستحيا من الله ولا يطّلعا على مذكرات أبنائهما بغير علمهم ويجب ألا يصنعا رقابة وخصوصًا على المذكرات الشخصية..

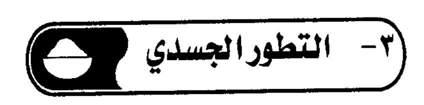
وأذكر ولدًا قال لي مشتكيًا أباه: هل لأنه أبي يحق له أن يتجسس علّي ويقرأ مذكراتي التي ربما كتبت فيها ما أردت أن أنفّس فيه عن نفسي وأبدي رأيي في بابا وفي ماما؟!

أنا أحتاج إلى قدر من الخصوصية في حياتي.



يصبح لدى المراهق مهارات عقلية، ويظهر الإبداع فتنمو لديه مهارات تركيب الأشياء ومهارات في مجال الشعر والكتابة، ويكون للبنت مهارات في الفنون والرسم وتنسيق الزهور وعمل اللوحات..

وسبب ظهور هذه المهارات العقلية أنه يكون لدى المراهق قدرة على التسامي على كثير من الطاقات الجسدية التي يتمتعون بها وبعض العدوانية للآخر فيخرجونها في شيء فني أو في شيء له اهتمام بالمجتمع بشكل أو بآخر أو بقضية من القضايا المختلفة أو رياضة من الرياضات المختلفة.

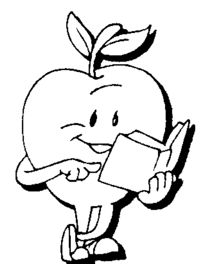


يصبح لدى المراهق مشاعر الحب والعاطفة، ولا يوجد شخص مر بهذه المرحلة (مرحلة المراهقة) إلا وكانت عنده عاطفة ما تستحوذ عليه..

وقد تمتد هذه العاطفة من مجال التخيل إلى مجال الواقع مثل حب بنت الجيران أو ابنة العم أو الخال أو بنت في الشارع أو زميلته في المدرسة أو غيرها، البعض يفصح والبعض الآخر لا يفصح في كثير من الأحيان، ولكن عندما تقرأ مذكرات المراهقين أو الشباب سواء كان في بيئة ملتزمة أو غير ملتزمة نجد ذلك لأن هذا شيء فطري فطر الله عليه الإنسان حتى يلتقي الجنسان ببعضهما، أمر طبيعي أن تكون هناك عواطف وحالة من الامتلاء حتى يتقارب الناس بعضهم ببعض، وبالتالي مشاعر الحب والعاطفة تكون واضحة جدًا وبشكل واضح، وتكون هناك حساسية الأفراد فنجد المراهق متأثرًا بفيديو كليب معين ومتأثرًا بأغنية معينة، ويظهر لدى الولد شعوره أنه أصبح رجلاً وأحيانًا لكي يثبت ذلك لأصحابه يصدر منه كثير من التجاوزات وذلك فقط في سبيل أن يثبت للأصدقاء أنه رجل.

٤- التوجيه النفسي

في هذه المرحلة يتكلم الولد في المثاليات، كيف يكون المجتمع مجتمعًا جيدًا، ومن سمات تلك المرحلة اختيار القدوة؛ لذلك نستطيع أن نغرس القدوة في هذه السن لأنه سن المثاليات..

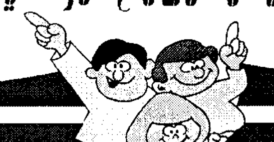


وهنا نستطيع أن نتحدث مع المراهق عن فتح بيت المقدس وتحرير فلسطين وإعادة العراق من جديد محررة وفعل شيء جديد للإسلام والمسلمين، وكيف أننا نريد أن يكون إنسانًا مشرفًا كأحمد زويل وهكذا..

ومن هنا يظهر دور الضمير، وهذه هي المرحلة التي يُعد فيها الشاب إعدادًا آخر جديدًا غير الإعداد الماضي؛ لأن دور الضمير يكون واضحًا عند الولد جدًا.. الصحيح صحيح والخطأ خطأ.. فلو أخطأ يكون مدركًا أنه مخطئ، وبالتالي تظهر قدرته على رسم أهدافه والتخطيط لها، لذلك نجد الشباب الذين يخطفون الحقائب من السائرات في الشوارع والطرق - والتي بلغت في الشارع المصري عام ٢٠٠٤ خمسة وعشرين ألف قضية – في هذه السن وهو سن ١٤ إلى ١٧ سنة لأنه يخطط لهدفه.

فأتمنى أن يخطط أبناؤنا لشيء إيجابي لأن هذه هي سن المشاريع لذلك تكلم مع ابنك عن عمل مشروع معه يمكن أن يستثمر فيه طاقاته.





المرحلة الثالثة



مرحلة المراهقة
الأخيرة أو المتأخرة

وهذه المرحلة تبدأ من سن ١٧ إلى ١٩ سنة وهو سن الالتحاق بالجامعة..

١- تحقيق الاستقلالية

إن المراهق في هذه المرحلة يكون قد استطاع أن يفهم جيدًا ذاته ونفسه وما الذي يحبه وما الذي يكرهه، واستوعب أين وماذا يريد وكيف يصمم على تحقيق ما أراده..

فإذا أراد الخروج مع أصحابه فإنه سيخرج، ويكون قد أدرك جيدًا ما هو الطريق الذي سيسلكه وكيف يخطط ويرسم حياته، ولذلك فإن الوالدين يطرقان عيادات الأطباء النفسيين لمرور ابنهما بهذه السن قائلين إننا لا نستطيع أن نتعامل مع ابننا، ولا نستطيع أن نسيطر عليه..

والسبب في ذلك **أن هذه الفترة هي سن القدرة على تأجيل إشباع النفس** بمعنى أن المراهق يريد شيئًا لكنه يكون لديه القدرة على السيطرة على



نفسه بأنه لن ينساق لهذا الشيء، لذلك فإنه في المرحلة الوسطى ربما يحب بنتًا ويتعامل معها ويقترب منها، لكن في هذه المرحلة وهي المرحلة الأخيرة يكون لديه القدرة على أن يؤجل إشباع النفس فربما يتخلى عن رغبته هذه، **وهذه الفترة هي سن التفوق** فيبدأ الشاب بالتعبير عن نفسه بشكل مختلف فيتكلم كلامًا موزونًا، **وفي هذه الفترة تظهر روح الدعابة والفكاهة والمرح والضحك** خصوصًا بين طلاب الجامعة.



غالبًا تبدأ الاهتمامات في هذه المرحلة في الاستقرار حيث يدرك الشاب ما الذي يحبه وما الذي يكرهه، ويصبح الشكل العام أو التشكيل في هذه السن محددًا فنجد الشاب الجاد يفكر في الارتباط فيقول أنا أحب فلانة أو أتعامل مع فلانة لأن فيها كذا وكذا..

إذن يصبح لديه استقرار عاطفي بدرجة أكبر خصوصًا عند البنات أكثر من الأولاد لذلك نجد أن هذه الفترة هي السن الذي تتزوج فيه البنات وتستقر في الحياة وتستمر زيجاتها لكن في الأولاد فيه عدم استقرار قليلاً كأن يتخذ قرارًا مستقلاً أنه يغير الكلية أو يتخذ قرارًا مستقلاً أنه يغير الدرس، ربما يقرر قرارًا مستقلاً أنه يريد أن يتوظف وينفق على نفسه..

ومن سمات هذه المرحلة **القدرة على الوصول للحل الوسط**، وهذه الفترة هي سن مريحة جدًا حيث يظهر التفاوض، وتستطيع أن تتحاور وتتناقش مع الشاب وتتفق معه..

أيضًا يكون لدى الشاب **القدرة على الاعتماد على النفس** ويكون لديه كبرياء بصورة عالية وأيضًا يزداد شعوره بنفسه وبذاته ويكون بشكل كبير ولكن في نفس الوقت يكون الكبرياء أعلى من قدرته على الحفاظ على العمل؛ لذلك نجد الذين يلتحقون بأعمال من سن ١٧ إلى ١٩ سنة يغيرونها كثيرًا فينتقل من عمل لآخر بسرعة شديدة.

في هذه المرحلة تكون الاهتمامات والعادات واضحة ومحددة حيث يهتم بمستقبله ويفكر ويخطط كيف سيكون في المستقبل.

٣- التطور الجسدي

في هذه المرحلة تكون العلاقات العاطفية جادة وقوية وعنيفة، الولد يعرف أنه ولد ويكون ميله للبنات واضحًا والبنت تعرف أنها بنت وميلها للأولاد يصبح واضحًا، الصورة تصبح واضحة ويكون الحب إيجابيًا وليس حبًا سلبيًا بأن يكون عن بُعد.

٤- توجيه النفس

يصبح لدى الشاب بُعد نظر ويكون قد نضج وكبر فيصبح لديه بُعد النظر بالتركيز على الكرامة واحترام الذات وتكون لديه القدرة على وضع أهداف محددة..

وهنا تظهر العادات والأشياء التي كنا قد زرعناها فيه من قبل، حيث يرجع الشاب لعاداته المغروسة فيه بشكل أو بآخر حتى يصل لها بصورة أو بأخرى.



إرشادات مهمة للقدرة على التعامل مع هذه السن

١- اسمع، اسمع، اسمع، بالله عليك من غير رد فعل عنيف، فنجد البنت تقول يا ماما "زميلتي تعرف..." فتقاطعها الأم: إياك أن تقربي منها، وتنهي الكلام.

إذن يجب أن يكون عند المربي أو الطبيب أو الموجه النفسي أو الاختصاصي الاجتماعي قدرة على أن يسمعوا أولادنا..

وأذكر ولدًا عمره ١٤ سنة كنت قد سمعت شكوى والدته ولقد صورت لي هذه الأم أن الولد فاسد ولديه انحراف سلوكي غير عادي، وقالت لي إنه معتاد من ثلاث أو أربع سنين أنه بمجرد عدم تنفيذ شيء له فإنه يمسك السكينة ويقول يا ماما سأقطع يدي فسألتها: وماذا كنت تفعلين وقتها؟ قالت: كنت أفعل له ما يريد طبعًا، وكبر الولد واعتاد أن يهدد وقتما لا يُستجاب له..

وكان هذا الولد متأخرًا في دراسته، وطلب من أمه أن يشتري كلبًا لكن الأم لم توافق على شراء الكلب وكانت قد وعدته قبل ذلك أن تشتريه له وعندما وافقت بعد ضغط أحضرت له المال ووضعته على المنضدة وقالت له: خذ، لكنني لست مسامحة، فقال الولد: لن آخذها ما دمتِ غير مسامحة، وتعجبت كيف يكون الولد – على حد قول أمه – منحرفًا سلوكيًا ويفعل ذلك، ثم



جلستُ مع الولد وتكلمت معه وبعد حوالي عشر دقائق من كلامي معه وجدت الولد محدد المعالم ويقول: والدتي لا تثق فيّ.. والدتي دائمًا تقول لي إنك لا تعرف شيئًا.. والدتي لحوحة.. والدتي علمتني كيف أضغط عليها بشكل أو بآخر.. والدتي عصبية.. والدتي لا تفي بعهودها، لقد وافقت على شراء الكلب ثم قالت لن تشتريه.. قلت لها أريد أن أعود لمدرستي القديمة فرفضت والآن تقول إنني مقصر في الدراسة.. تفرض عليّ أن آخذ دروسًا. إننا في بعض الأوقات ندفع أولادنا إلى عدم البر بشكل أو بآخر وليس قصدي أن الولد سلوكه صحيح وأن أتملص من آية الله تبارك وتعالى: "ولا تقل لهما أف ولا تنهرهما"..

ولكن هذا الولد يقول لي: أنت أول شخص يسمعني ولقد أثرت في نفسيتي فبحت بما لم أقله من قبل لأنك تسمعني وأنا لست مستعدًا أن أضع يدي في يد ماما أو بابا إلا معك وتكون أنت في الوسط، واتفقت معه على أن عليه واجبات وله حقوق فإذا قام بواجباته يأخذ حقوقه وإذا لم يقم بما عليه لا يطالب بما له من حقوق، إذن الاستماع للأبناء شيء في غاية الأهمية.

٢- أعطِ لأولادك انتباهك ولا تقل لهم أنا مشغول لأن أهم شيء هو مراعاة نفسية أولادنا؛ وبالتالي انتبهوا أن تعطوهم الانتباه وتفهموا مشاعرهم في هذه الفترة، فالولد تجتاحه مشاعر جسدية وذكرنا موقف الرسول صلى الله عليه وسلم من هذه المشاعر، والبنت تجتاحها مشاعر عاطفية وهي تريد أن تعبر عن مشاعرها فحسب، إنها تريد أن تحب وأن تُحب، هذه مشاعر داخلية، هم يعبرون فقط ولا ينوون فعل شيء..

فلابد أن نتفهم مشاعرهم المختلطة المتضاربة، ولابد ألا نطالبهم أن تكون تصرفاتهم صحيحة في كل شيء، كيف وهو مازال يرتب بيته؟

كيف يُطلب منه أن يكون على الصراط المستقيم مع كل المتغيرات النفسية والسلوكية والبدنية التى تحدث له؟

لابد أن يكون هناك مستوى عال لقبول الخطأ بشكل أو بآخر.

ولقد أحببت أن أذكركم بمقولة من الأقوال المأثورة على المراحل المختلفة التي يمر بها أولادنا وخصوصًا مرحلة المراهقة التي نتناولها وهي: "**لاعبه سبعًا وأدبه سبعًا وصاحبه سبعًا**" ..



إذن عليك كأب أن تصاحب ابنك وأنتِ أيتها الأم عليك أن تصاحبي ابنتك، لذا يجب أن يكون لدينا قدر من الفهم والوعي الكامل لصورة العلاقة المتبلورة في هذا الأمر.

وأذكّر بقول سيدنا علي بن أبي طالب رضي الله عنه: "**ربوا أبناءكم على أخلاق غير أخلاقكم فإنهم مخلوقون لزمان غير زمانكم**" ..

وأتمنى أن يستوعب المربي هذه المقولة جيدًا، فنحن في عصر التطور الضخم سواء في أنواع السيارات التي يتغير شكلها كل يوم وكل ستة أشهر أو في الملابس التي تتغير كل سنة بالإضافة إلى ضغوط الإنترنت والتلفاز والفضائيات والمجلات والجرائد والصحبة والأولاد والمدارس الأمريكية والإنجليزية والعربية والحكومية..

إن عليًّا رضي الله عنه يطالبنا أن نجاري الأحداث، والحدث هنا هو المراهق فإنهم أسرع إلى كل خير، واعلم أن هذا الحدث أو المراهق كالأرض الخالية الخصبة فعليك أن تعرف ما الذي تزرعه في هذه الأرض.



مع غلام أصحاب الأخدود

لفت انتباهي قصة من القصص لشاب أراد أن يثبت ذاته وهي قصة غلام الأخدود الذي كان يبلغ من العمر ما بين ١١ سنة و١٣ سنة..

لقد استطاع الولد أن يستفيد من طاقته في مرحلة المراهقة من خلال العند ومن خلال تمسكه بفكره ومن خلال اندفاعه ومن خلال رغبته في عمل شيء جيد..

وإليكم قصة هذا الغلام بالتفصيل لعل الآباء يستفيدون منها، تُروى القصة في حديث رواه الإمام مسلم عن صهيب رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال:

"كان ملك في من كان قبلكم، وكان له ساحر، فلما كبر الساحر قال للملك: إني قد كبرت فابعث إليّ غلامًا أعلمه السحر، فبعث الملك إليه غلامًا يعلمه، فكان في طريقه إذا سلك راهب، فقعد إليه، وسمع كلامه، فإذا أتى الساحر ضربه، فشكا ذلك إلى الراهب، فقال الراهب: إذا خشيت الساحر فقل: حبسني أهلي، وإذا خشيت أهلك، فقل: حبسني الساحر.

فبينما هو كذلك - أي الغلام - إذ أتى على دابة عظيمة قد حبست الناس، فقال: اليوم أعلم الساحر أفضل أم الراهب؟ وكان الراهب على دين عيسى عليه

السلام، فأخذ حجرًا فقال: اللهم إن كان أمر الراهب أحب إليك من أمر الساحر فاقتل هذه الدابة حتى يمضي الناس، فرماها فقتلها، ومضى الناس.

فأتى الراهب فأخبره، فقال له الراهب: أي بني! أنت اليوم أفضل مني، قد بلغ من أمرك ما أرى، وإنك ستُبتلى، فإن ابتليت فلا تدل عليّ، وكان الغلام يُبرئ الأكمه والأبرص، ويداوي الناس من سائر الأدوية بإذن الله تعالى، فسمع جليس للملك كان قد عمي، فأتاه بهدايا كثيرة، فقال: ما هاهنا لك أجمع إن أنت شفيتني، فقال الغلام: إني لا أشفي أحدًا إنما يشفي الله عز وجل.

فقال له الغلام: فإن أنت آمنت بالله عز وجل، دعوت الله فشفاك، فآمن بالله فشفاه الله، فأتى - أي الأعمى - إلى الملك فجلس إليه كما كان يجلس، فقال له الملك: من رد عليك بصرك؟ قال: ربي، قال: ولك رب غيري؟ قال: ربي وربك الله، فأخذه فلم يزل يعذبه حتى دل على الغلام، فجيء بالغلام، فقال له الملك: أي بني قد بلغ من سحرك ما يبرئ الأكمه والأبرص وتفعل وتفعل، فقال الغلام: إني لا أشفي أحدًا، إنما يشفي الله.

فأخذه فلم يزل يعذبه حتى دلّ على الراهب، فجيء بالراهب، فقيل له: ارجع عن دينك فأبى، فدعا بالمنشار، فوضع المنشار في مفرق رأسه فشقه حتى وقع شقاه.

ثم جيء بجليس الملك، فقيل له: ارجع عن دينك فأبى، فوضع المنشار في مفرق رأسه، فشقه به حتى وقع شقاه.



ثم جيء بالغلام، فقيل له: ارجع عن دينك فأبى، فدفعه إلى نفر من أصحابه، فقال: اذهبوا به إلى جبل كذا وكذا، فاصعدوا به الجبل، فإذا بلغتم ذروته فإن رجع عن دينه وإلا فاطرحوه، فذهبوا به فصعدوا به الجبل، قال الغلام: اللهم أكفنيهم بما شئت، فرجف بهم الجبل فسقطوا وجاء يمشي إلى الملك فقال له الملك: ما فعل أصحابك؟

قال: كفانيهم الله، نعم المولى ونعم النصير رب العالمين.

فدفعه إلى نفر من أصحابه فقال: اذهبوا به فاحملوه في قرقور - أي سفينة صغيرة - فتوسطوا به البحر، فإن رجع عن دينه وإلا فاقذفوه، فذهبوا به فقال: اللهم أكفنيهم بما شئت، فانكفأت بهم السفينة فغرقوا.

وجاء يمشي إلى الملك، فقال له الملك: ما فعل أصحابك؟ قال: كفانيهم الله، فقال للملك: إنك لست بقاتلي حتى تفعل ما آمرك به. قال: وما هو؟ قال: تجمع الناس في صعيد واحد، وتصلبني على جذع، ثم خذ سهمًا من كنانتي، ثم ضع السهم في كبد القوس، ثم قل: باسم الله رب الغلام، ثم ارمني، فإنك إذا فعلت ذلك قتلتني، فجمع الملك الناس في صعيد واحد، وصلبه على الجذع، ثم أخذ سهمًا من كنانته، ثم وضع السهم في كبد القوس، ثم قال: باسم الله رب الغلام، ثم رماه، فوقع السهم في صدغه، فوضع يده في موضع السهم فمات الغلام، فقال الناس: آمنا برب الغلام.

فأوتي الملك فقيل له: أرأيت ما كنت تحذر، قد والله نزل بك حذرك، قد آمن الناس.

فأمر بالأخدود في أفواه السكك، فخدت وأضرم النيران، وقال: من لم يرجع عن دينه فأقحموه فيها، ففعلوا حتى جاءت امرأة ومعها صبي لها، فتقاعست أن تقع فيها، فقال لها الغلام: يا أماه! اصبري فإنكِ على الحق".

لقد قال الراهب إن الغلام أفضل منه بالرغم من أنه أكبر سنًا من الغلام وأنه هو من علّمه، ولقد أعطى هذا الراهب الثقة للغلام بهذا الكلام، فلماذا لا نقول لأبنائنا ذلك؟

لماذا لا يقول الأب لابنه أنت اليوم أفضل مني وأنا أرى أن مستقبلك سيكون باهرًا وأنك ستستطيع أن تحقق ما لم أقدر أن أحققه أنا؟!

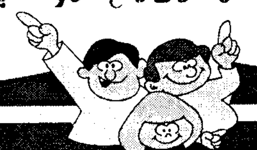
انظر للفكر العالي عند هذا الراهب وهذا ما أطالب به الآباء والأمهات أن تجعل ابنك يختار الطريق الصحيح ويقتنع به، وأعطه حرية الاختيار، وتأكد أنه يدافع عن اختياره هذا بمنتهى القوة.

مراهق يتحمل كل هذه المسئولية وذلك نتيجة الثقة التي غُرست فيه في وقت من الأوقات.

لقد قام الغلام بفكرة بسيطة وذكية لدرجة أن الملك لم ينتبه لمدى عمق هذه الفكرة ومدى قوة تفكير الولد..

إننا لو استثمرنا تفكير الأبناء بشكل أو بآخر يمكن أن يخرج منهم ما لا يخرج من الكبار

ولقد فعل الملك ما قاله الغلام فجمع الناس وربط الغلام وصلبه وأخذ سهمًا من كنانته ثم قال: باسم رب الغلام أقتل الغلام فمات الغلام، فقال الناس:



آمنا برب الغلام، فحفر هذا الملك أخدودًا كبيرًا أشعل فيه نيرانًا شديدة، وبدأ يدفع الناس فيه إلى أن جاءت امرأة تحمل طفلاً وبطبيعة الأمومة خافت الأم فما كان من الطفل إلا أن قال: يا أماه اصبري فإنك على الحق وإنها لخطوات إلى الجنة.

❊ ❊ ❊



الصراع الوهمي مع الأبناء



إن الصراع يُولّد الكثير من المشاكل ما بين الآباء والأبناء ومصدره هو رغبة من الأبناء في إثبات الذات، ولكننا في حقيقة الأمر نتحدث عن صراع وهمي، وهذا الصراع هو أمر متعلق بالنفوس وصراعها وما يحدث فيها والمتغيرات الداخلية وأحيانًا نجد هذه المتغيرات الداخلية تظهر أمام الناس في صورة تصرفات وردود أفعال، لهذا فأنا أسميه صراعًا وهميًا مع الأبناء.

رجاء من الآباء والأمهات

أرجو من الآباء أن يدركوا عدة أمور قبل أن نتطرق لمسألة الصراع الوهمي..

على المربي أن يعلم أن هناك صراعًا وهميًا مع الأبناء ويتصور الكثيرون أن هناك صراعًا داخل البيوت وداخل المؤسسات التربوية ما بين أصحاب هذا العمر وما بين من يحاولون عملية التوجيه..

لكن قبل أن نتناول الصراع الوهمي أحب أن أقول للآباء والأمهات والمربين:

حاولوا أن تجددوا حياتكم، حاولوا أن تكون هناك مناطق تجديد في حياتكم دائمًا، وأكثر شيء يمكن أن يتجدد هو المعرفة والعلوم المختلفة والأشياء التي قد تأتي بجديد فتغير من السلوكيات وأسلوب الحياة وأسلوب التعامل مع المشاكل وأسلوب التعامل مع أي فرد من الأفراد الذين نتعامل معهم..

لذلك يجب على المربي أن يجعل منشاره حادًا وإذا لم يكن حادًا فلا تضيع الوقت باستخدامه وهو كذلك؛ لأنه لن يجدي بأي نتيجة وإنما عليك التوقف لتحدّه من جديد..

وأذكر قصة صغيرة جدًا ربما تصل بكم لهذا المعنى، تخيل نفسك تمشي في حديقة من الحدائق ووجدت شخصًا يقطع شجرة وهو مسئول عن قطع هذه الشجرة، فتسأله: ماذا تفعل؟ فيقول لك: أنا أقطع الشجر، ألا ترى؟! فتقول له منذ متى وأنت تحاول قطعها؟ يقول لك والعرق يتصبب من جبينه على وجهه وقميصه مبتل ويشعر بالجهد الذي بذله: منذ أربع ساعات ولقد بدأ يظهر أثر نشر الخشب، فتقول له إن منشارك الذي تستخدمه كأداة لقطع الشجرة غير

حاد.. خذ راحة وحد منشارك ثم أكمل لعل الشجرة تنقطع، فيرد عليك ردًا عجيبًا ويقول لك: لا أستطيع أن آخذ راحة وليس لدي الوقت لأحد منشاري فأنا مشغول جدًا في عملية تقطيع الشجرة.

وهذا بالضبط حال تصرفات كثير من الآباء والأمهات مع أولادهم فمن خلال هذه التصرفات وأسلوب تعاملهم مع المشكلة تزداد الأمور تعقيدًا وتكون نتيجة ذلك ارتفاع الأصوات في البيوت..

كثير من الآباء والأمهات يرفضون أن يتعلموا شيئًا جديدًا لذلك أنا أبعث لكل أب دعوتي هذه بتجديد أدواتنا وشحذ همتنا، لذا يجب أن يبدأ كل بنفسه ويجدد حياته، يقول الله تبارك وتعالى: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا۟ مَا بِأَنفُسِهِمْ﴾[الرعد:١١].

ابدأ وعينك على النهاية عليك أن تعلم إلى أين تريد أن تصل وركز بنظرك حتى تستطيع فعلاً أن تصل، فأنا أناشد كل أب وكل أم أن يحاولا الحفاظ على صفاء نفسيهما لكي ينجحا في تربية الأبناء، لأنكما أنتما النافذة التي يرى من خلالها الأبناء العالم بأثره فالأبناء يرون أنفسهم من خلال والديهم..

وعلى المربي أن يختار النظارة التي سيضعها على عينيه وهي إما أن تعتبر نفسك ملكًا وإما أن تعتبر نفسك فاشلاً فمن خلال هذه النظارة ستنظر لأولادك، فبأي منظور تنظر أنت لنفسك؟ هل أنت فاشل؟ هل أنت ملك؟ هل أنت مربٍ ناجح؟

لذا **عليك أن تكون واضحًا في معرفة ما تريد بالضبط**؛ لذا يجب أن نحدد أهدافًا لأولادنا في تربيتهم..



وأذكركم بقصة "**أليس في بلاد العجائب**" وكلنا يعلم قصة "أليس في بلاد العجائب"، وهي قصة خيالية وفيها أن بنتًا صغيرة اسمها "أليس" ضلت الطريق فمرت على قطة فسألت "أليس" القطة هلا أخبرتني من فضلك أي الطريق يجب أن أسلكه؟ إلى أين أنا ذاهبة من خلال هذا الطريق؟ فقالت القطة: هذا يتوقف عليك أين تريدين الذهاب، فقالت "أليس": لا أدري، فردت القطة إذن لا يهم أي طريق ستسلكينه.



إذن يجب أن يكون الإنسان واضحًا في اتخاذ القرار، ويعرف ما الذي يريده فعلاً، فرامي القوس ينظر ويركز للمكان الذي يريد أن يصل إليه القوس.

ويجب أن يكون هناك نوع من التفاوض مع ابنك ونوع من أنواع الحوار، لابد أن نعي هذه النقطة جيدًا.

أيضًا أتجه إلى كل أب وكل أم بسؤال: هل أنت مستجيب ومبادر؟ هل يكون رد فعلك نتيجة لتصرفات ابنك أم أنك تأخذ زمام المبادرة؟

هل أنت مثل زجاجة المياه الغازية التي إن رُجت فإنها يحدث لها فوران أم أنك مثل زجاجة الماء الرائق التي مهما رُجت لم تفُر ودائمًا محتفظة بخواصها ولونها وشكلها؟

وأنا أطرح هـذه الأسئلة لأن هنـاك الكثـير مـن الآبـاء والأمهـات تكـون تصرفاتهم عبارة عن ردود أفعال لتصرفات أولادهم، فعندما يعلو صوت الأبناء يعلون هم من صوتهم، وهؤلاء هم من يحركهم الأبناء..

لـذلك يجـب علـى المربـي أن يكـون مبـادرًا، فـإذا لم يـستطع أن يكـون كـذلك مـا استطاع ابنه أن يكون هو الآخر مبادرًا.

أذكر قصة تربوية هنا ربما تفيدنا في موضوع المبادرة وهو موقف بسيط جـدًا أطلب منك أن تضع نفسك فيه وترى ما هو رد فعلك وقتها..

هذا الموقف هو أنك بالمـصادفة سـمعت أحـد أصـدقائك وربـما صـديقك المقرب والمحبب إلى نفسك يتحدث عنـك بـما يـسيء إليـك أمـام مجموعـة مـن الأشخاص وهو لا يعلم أنك تستمع إلى الحوار، ولقد كان يتحـدث إليـك منـذ قليل بكلام لطيف جميل، بالتالي ستشعر بالأذى والخيانة نتيجة لهذا الموقف، لكن كيف سيكون رد فعلك؟

وأنتِ أيتها الأم ما هو رد فعلكِ لو سمعتِ جارتك التي تحبينهـا وتجالـسك أكثر الوقت بالمصادفة وهي تتكلم مـع مجموعـة مـن الجـيران عليـك بأسـلوب سيىء؟

* ردود الفعل في هذا الموقف تنحصر في الآتي:

هناك من سيذهب لهذا الصاحب فورًا ويتشاجر معه وربما يـضربه، وهنـاك من سيقول لقد وصلت الخيانة لحد عظيم ولا يوجد أمان ويبدأ يـدخل في حالـة من الحزن، وثالث سيقرر أنه سيقطع علاقته مع صاحبه هذا لأنه رجـل كـذاب،



ورابع يقول: داوني بالتي كانت هي الداء هو تكلم علي وأنا سأتكلم عليه وهـذه هي الخيارات الأربعة لردود أفعال أي إنسان في هذا الموقف.

وأقول إذا قطعت علاقتك بصديقك هذا أو جارك أو انفصلت عنه وبعدت إذن أنت مستجيب وستعلم أولادك دائمًا أن يكون هذا هو رد فعلهم للمجتمع الذين يعيشون فيه، أما إذا كنـت إنـسانًا مبـادرًا ولا تبـالي بتـصرفات وأسـلوب وحياة الآخرين فتسامح وتعفو وتتعامل بالفضل والعفو ثـم تبـدأ بـالتفكير في الأسباب التي دعت ذلك الشخص إلى الكلام عليك بهذا الأسلوب، وفي النهاية تجاهلت الأمر وأعطيت صديقك فرصة ثانية، وأدركت أن كل إنـسان لـه نقطـة ضعف وهذه هي نقطة ضعف صديقي الوحيدة، بهذا نستطيع أن نعلّـم أولادنـا أن يكونوا مبادرين لا مستجيبين لأفعال الآخرين حسب تلك الأفعال.

ويجب ألا يسمح أي إنسان لأي أحـد أن يفـسد عليـه يومـه بتـصرف مـن التصرفات الخاطئة.

ويجب أن نعلّم أولادنا كلمة قالتها "**هيلين كيلر**" أعتقد أننا جميعًا نعلمهـا وهي سيدة كفيفة ومحرومة من السمع، بالإضافة إلى أنها كانت أيضًا محرومة مـن النطق، قالت هذه السيدة: "**لقد أعطاني الله الكثير جدًا من النعم وليس لدي وقت للتفكير فيما حرمني منه**".

خلاصة القول أنني أحببت أن أثير بعض الإشكاليات والمـشاكل الموجـودة في واقعنا قبل أن أبدأ بقضية الصراع الوهمي مع الأبناء.



إن التغيير في علاقة الآباء بالأبناء يحدث في مرحلة المراهقة ومن الطبيعي جدًا بل من المؤكد أنه لابد من حدوث صراع ما بين الآباء والمراهقين لأنه أمر طبيعي وبالتالي تتغير طبيعة العلاقة.

لابد أن يحدث نوع من أنواع التغيير في هذه الفترة العمرية، وقد يكون صراعًا إيجابيًا فكريًا وذهنيًا وسلوكيًا، وقد يكون صراعًا سلبيًا وهو ما يحدث في كثير من الأحيان..

ولابد أن نؤكد في قضية الصراع الوهمي مع الأبناء أنه لابد من الاعتماد على الذات، فهو أمر مصيري في هذه المرحلة بمعنى أن المراهق حتى لو لم يعرف سيقول أنا أعرف.. تحاول أن توجهه يقول أنا أعرف ماذا تريد أن تقول قبل أن تكمل كلامك.. وتجد المراهق يشير ويهز رأسه وكأنه يعرف الشيء الذي تريد قوله.

إذن يجب أن نعي نقطتين في قضية الصراع الوهمي بين الأبناء والآباء وهما:

* أن الصراع بين الآباء والأبناء أمر طبيعي.

* أن الاعتماد على الذات أمر مصيري ودائمًا يسعى المراهقون إلى الاعتماد على الذات.

ومن خلال وعينا بالنقطتين السابقتين فإن على الآباء أن يتفهموا عدة نقاط:

١ – لابد أن يفهموا سيكولوجيًا أن الآباء هم أهم مؤثر في حياة أبنائهم مهما قالوا عن الإنترنت ومهما قالوا عن الفضائيات ومهما قالوا عن الأصدقاء ومهما قالوا في أي وقت من الأوقات إلا أن الآباء هم أهم مؤثر في حياة أبنائهم عاطفيًا وتوجيهيًا؛ وبناء على التوجيه الأول والإرشاد الأول يظل الأولاد على ولائهم لآبائهم وأمهاتهم.

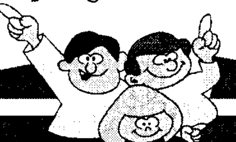
٢ – إن المراهق يسعى في هذه المرحلة أن يصبح كبيرًا وهي أصعب موازنة حقيقية ونشعر بها كصراع داخلي، فهو يحاول أن يوازن ما بين أنه يريد أن يعتمد على نفسه وينفصل في أفكاره وأسلوبه وطريقته عن والديه وما بين الإبقاء على علاقة الحب التي تربطه بوالديه..

فهو يريد أن يحافظ على علاقته مع أبيه وأمه ويحتفظ بحبهما له وفي الوقت ذاته يريد أن يشعر بالاستقلالية لكنه لا يستطيع أن يشعر بهذه الاستقلالية لأن والديه يكبلانه بكل أنواع التكبيل سواء في طريقة التعاملات أو الأسلوب أو في أي شيء يطرأ عليه ليبدي فقط أنه أصبح مختلفًا أو أنه أصبح معتمدًا على ذاته..

وبالتالي يدخل المراهق في صراع بين رغبته أن يكبر ورغبته في الاعتماد على الذات والإبقاء على علاقة الحب والود مع والديه..

وأريد أن ألفت الانتباه أنه لا يوجد ابن أو بنت مهما بلغ سوء سلوكهم إلا أنهم لا يكونون موافقين تمامًا على السلوكيات التي ربما تكون غير سوية مع آبائهم وأمهاتهم..

وأسمع من مراهقين كثيرين يقولون إن الآباء والأمهات هم من دفعونا أن نفعل ذلك وأنهم يصعبون عليهم الحياة لأنهم غير متفهمين أننا أصبح لنا تفكير



جديد وأسلوب جديد باهتمامات جديدة وطريقة جديدة في الحياة وأفكار جديدة وأصدقاء جدد وحياة مختلفة..

وبالتالي فإن المراهق بداخله صراع ومن المفترض أن والديه يفهمان هذا الأمر.

٣ – إن سعي البالغين إلى الاعتماد على الذات سيصبح مشكلة حقيقية عندما يُنظر إليها من الآباء على أنه صراع للسيطرة، وأقول إنه يجب أن يعلم الآباء أن القضية ليست قضية عِند وإنما يجب على الآباء أن يفهموا ويستوعبوا جيدًا المرحلة التي يمر بها ابنهم..

وتذكر دائمًا أيها الأب كلمة سيدنا علي بن أبي طالب: "ربوا أبناءكم على أخلاق غير أخلاقكم فإنهم مخلوقون لزمان غير زمانكم" واعلم أن المعطيات اختلفت والأوضاع اختلفت.

أيضًا ستصبح المشكلة حقيقية عندما ينظر الآباء إليها على أنها صراع للسيطرة وأيضًا عندما ينظر الأبناء ويشعرون أنهم مُسيطر عليهم وعلى أفكارهم، وأذكّر بقول الله تبارك وتعالى: ﴿ ٱدْعُ إِلَىٰ سَبِيلِ رَبِّكَ بِٱلْحِكْمَةِ وَٱلْمَوْعِظَةِ ٱلْحَسَنَةِ ۖ وَجَـٰدِلْهُم بِٱلَّتِى هِىَ أَحْسَنُ ۚ ﴾ [النحل:١٢٥]..

إذن لابد من وجود الرفق في المعاملات، يقول النبي صلى الله عليه وسلم: **"إن الله يحب الرفقَ ويعطي على الرفقِ ما لا يعطي على غيره"** (رواه مسلم)..

وانظر إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم في غزوة أحد مع الصحابي رافع بن خديج وسمرة بن جندب، والأول هو شاب صغير عمره ١٤ أو ١٥ سنة جاء للنبي صلى الله عليه وسلم ليقاتل في غزوة أحد فرده النبي صلى الله عليه وسلم فقال: يا رسول الله انتظر، يقول لرسول الله صلى الله عليه وسلم انتظر فهو يريد أن يقول انتظر ولو سمحت اسمعني إن من حقي أن أختار حياتي والرسول صلى الله عليه وسلم بالرغم من صغر سن الشاب ينظر ليسمع ماذا سيقول رافع ويستمع لإجابة رافع الذي قال: "والله إني لأرماهم سهمًا" ويطلب الصحابي الشاب من الرسول صلى الله عليه وسلم أن يجربه ليعرف إمكانياته، حوار بين الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم المربي وبين شاب عمره لا يتجاوز ١٥ سنة، يقول لرسول الله صلى الله عليه وسلم: "إني لأرماهم سهمًا يا رسول الله" فلم يصدق ولم يكذب رسول صلى الله عليه وسلم هذا الفتى ثم قال: "انظروا إليه" فأثبت الشاب حسن جدارته فاستولى على ثقة رسول الله صلى الله عليه وسلم وأجازه رسول الله صلى الله عليه وسلم للقتال.

ونفس الموقف يتكرر مع سمرة بن جندب، يقول لرسول الله صلى الله عليه وسلم: "إني لأصرع رافعًا" يريد أن يقول إذا كنت أجزت رافعًا فأنا أصرعه فصرع رافعًا فأجازه رسول الله صلى الله عليه وسلم.

٤ – يجب أن يسلّم الآباء والأمهات أن هذه ليست مجرد مشكلة المراهقين بل مشكلة تشمل الوالدين والأبناء، الجميع يخضعون للتغيير، كل من الطرفين يشارك بقدر في مشاكل المراهقة لجعل هذه المرحلة صعبة بالنسبة للطرف الآخر،

وبالتالي يتولد الفشل في تحقيق أو في العيش بطريقة الآباء فيظهر التمرد في البيوت بسبب توجيهات الأب والأم..

فإذا وجد الأب أنه يمسك بزمام الأمور مع أولاده وليست هناك مشاكل ظاهرة فلينتبه إلى أن الرفض سيكون داخليًا لدى الأبناء وسيشعر هؤلاء الأبناء بإحساس القهر الشديد لأن الوالدين متسلطان وموجهان دائمًا ويظنان أن أولادهما لو حادوا عن هذا الصراط المستقيم الذي وضعاه لهم من وجهة نظرهما أنهم سيزلّون وسيحيدون عن الهدف..

وأذكر قصة كتبها الكاتب الأستاذ إحسان عبد القدوس وأعتقد أنني لم أقرأ رواية للأستاذ إحسان غيرها ولكنه وُفق فيها توفيقًا شديدًا وأدعو الآباء والأمهات إلى أن يقرأوا هذه الرواية وهي رواية "لن أعيش في جلباب أبي" لأن المحتوى النفسي لذلك الشاب الذي أراد أن يعتمد على نفسه دون اعتماده على أبيه وأصبح أبوه يواجه رغبة ابنه في الاعتماد على نفسه بلون من ألوان التسلط ومر الولد بمراحل كثيرة من السقوط إلى أن اختار بإرادته في النهاية نفس طريق والده.

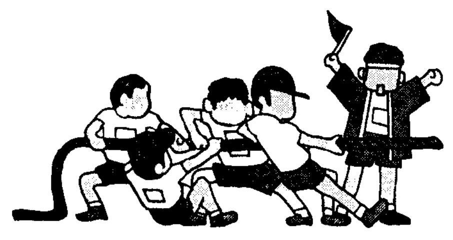
لهذا نحن بحاجة إلى أن ندرك ونعي ألا نكون ضاغطين على أبنائنا، طالبين منهم أن يكونوا كما نريد نحن وإنما يجب أن نجعل أبناءنا يختارون هم حياتهم وينظمون وقتهم، فقط علينا أن نعلمهم ما الصحيح وما الخطأ ثم اترك له حرية ليختار ما يريد حتى لا يظهر العناد ويرفض طريقك وأسلوبك.

ولعلنا نسمع الكثيرين من أساتذة الجامعة يشتكون في هذه المرحلة من أبنائهم أنهم ليسوا مجتهدين بالرغم من أن آباءهم من أساتذة الجامعة الأكاديميين إلا أن المشكلة والطامة الكبرى أن أولادهم لا يذاكرون إلا ليلة الامتحان وهذا نوع من أنواع الرفض لدى هؤلاء الأبناء فبالرغم من أن الأب تربوي وأكاديمي إلا أن الابن رافض للأكاديمية ولعمل أبيه.

لذلك نجد أبناء الملتزمين يرفضون الالتزام لأنه مفروض عليهم وبالتالي لابد أن تعرف أيها الملتزم أنه عندما يضع ابنك سيجارة في فمه فإن هذا الصراع والرفض جاء نتيجة ضغط منك عليه في أن يكون ملتزمًا.

٥ – إن الأولاد دائمًا يقولون إنه يفرض علينا نشاط أو رياضة ما مثل فرض السباحة على الكثير من الأبناء رغم أنه متميز في لعب الكرة فيطالب الابن بترك شيء وممارسة شيء آخر، ويقال له: لا، ستتعلم السباحة، يقول الولد: ألعب الكاراتيه، يقال له: لا، الكاراتيه رياضة عنيفة..

إذن الآباء يفرضون نشاطًا أو دراسة أو ملبسًا أو طريقة سلوك على أبنائهم؛ لذلك نجد الفلاح دائمًا يتمنى أن يصبح ابنه مدرسًا؛ لأنه لا يعرف القراءة والكتابة، والمحامي يتمنى أن يصبح ابنه ضابطًا؛ لأنه من خلال عمله اكتشف أن الضابط أكثر نفوذًا.





من صاحب المشكلة؟

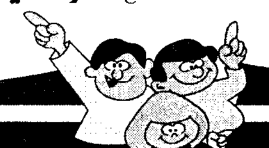
من صاحب المشكلة؟ ومتى أتدخل في مشكلة ابني؟ وماذا أفعل عندما يقع ابني في مشكلة ما؟ ومتى أترك ابني يتحمل المسئولية؟ ومتى يتحمل تبعات الخطأ الذي وقع فيه؟

إننا كآباء في كثير من الأحيان لا نترك لأولادنا حرية التصرف عندما تكون هناك مشكلة، فإننا نقدم لهم الحلول بمعنى أنه في أي مشكلة فإننا ننهيها سواء في الشارع أو مع الجيران، وهذا تصرف غير صحيح لأن مهمتك مهمة تربوية، دورك هو توجيه حدود تدخلك في حياة ابنك، لابد أن تكون محددة ومقننة.

وأريد من المربي أن يملأ الاستبيان الآتي بنعم أو لا..

عندما يقع ابنك في مشكلة ما اسأل نفسك:

	السؤال	نعم	لا
١	هل حقوقك في هذه المشكلة كأب لم تُحترم؟		
٢	هل يمكن أن يتأذى أحد بسبب تلك المشكلة؟		
٣	هل هناك تعدٍ على حق الغير في مشكلة فعلها ابنك؟		
٤	هل ابني لا يستطيع تحمل المسئولية؟		



وبعد الإجابات ستجد أن معظم المشاكل لدى ابنك لم تُصادر فيها حقوقك، ولن يتأذى أحد، ولم يتعد الابن على حق الغير..

والنقطة الفاصلة التي تجعلك تتدخل في حل مشاكل ابنك وتصبح أنت المتسبب في المشكلة وليس ابنك هي إذا كنت لم تعلّم ابنك تحمل المسئولية..

فإذا كانت إجابة السؤال الأخير "هل ابني لا يستطيع تحمل المسئولية" بنعم ابني لا يستطيع أن يتحمل المسئولية، فاعلم أنه أمر شديد وأنت كمربٍ قد أخطأت وليس ابنك لذلك يجب عليك أن تبدأ بإصلاح الأمور.

وإذا كانت إجابات الأسئلة الثلاث الأولى بنعم وهي أن حقوقًا قد صودرت وتأذى الغير وحدث تعدٍ على أحد، فتأكد تمامًا أنك إن جعلته يتحمل المسئولية لما فعل ما فعل.

إذن لابد أن يكون الاستقلال الذاتي لأولادنا في صورة تحمّل مسئوليات..

لابد أن يكون هناك قدر من تحمل المسئولية بأن يكون الشخص صاحب المشكلة هو المسئول عن حلها، ولهذا يجب ألا يتدخل طرف بالحل إلا بالاتفاق.





كيف نعزز ثقة المراهق بنفسه؟

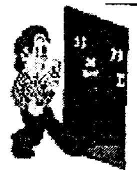
هناك مقولة تقول: إن الطريقة التي يرى بها المراهق نفسه هي من أهم عوامل نجاحه أو فشله في الحياة.

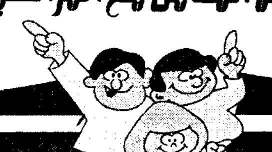
فيجب أن نعطي المراهق قدرًا من احترام الذات ليكون إنسانا ناجحًا في المستقبل.

وفي بداية الحديث عن الثقة أقترح أن يكتب كل واحد منا أربعين صفة حسنة يراها في نفسه وعشرين صفة سيئة، فنحن عندما ننظر للمرآة نرى الشكل الخارجي لنا حيث نرى الأنف والعينين والشعر والأذن والفم والشكل العام، وكل منا يستطيع أن يصف نفسه وجسمه ووضعه بشكل معين..

والمفترض ألا أحتاج لأحد ليقول لي من أنا، اكتب ما تراه في نفسك، اكتب كيف ترى جوهرك هل أنت صالح.. تشعر بالذنب.. تشعر أنك ناجح.. تشعر أنك فاشل.. تشعر أنك عصبي.. تشعر أنك تحب نفسك.. صاحب أهداف وخطوات..

عندما لا يرى ابني غير عيوبه فإن هذا يقلل من ثقته بنفسه.





وانتبه أن الابن يعرف ذاته عن طريق ردود أفعال أبيه وأمه فإذا كان والداه يشعرانه بالذنب سيكبر وهو يشعر بالذنب حتى لو كان ناجحًا، وإذا رُبي هذا الولد على الإيحاء أنه غير قادر على الاعتماد على نفسه فإنه سيظل هكذا طوال عمره ولن يستطيع الاعتماد على نفسه.

إن الثقة لا تُزرع بالأفعال فقط وإنما أيضًا بالتعاملات والإحساس الذي نوصّله لأبنائنا..

وأذكر ولدًا عمره ١٥ سنة يقول: إنني أرى في عين أبي قلة الثقة فيّ، فهو لا يجعلني أتحمل أي مسئولية، قلت له أريد أن أعمل عندك في الصيف في مكتبك، ولكن أبي رفض، وسمعته يقول لماما: إنه لا يُعتمد عليه، كيف علم ذلك وهو لم يجربني؟!

في كثير من الأحيان نحن نقيد أولادنا ونجعلهم صورًا وأشكالاً دونما محتوى، ومهم جدًا أن يكتب كل أب وأم ما هي عيوبهما، حاسب نفسك واعرف عيوبك ومحاسنك.

قل لابنك: لديك عشرة عيوب فقط لكنك تمتلك خمسين صفة حسنة وبهذه الصفات الحسنة تستطيع أن تُصلح العشرة.

ونذكر قصة مع سيدنا عبد الرحمن بن عوف في مبدأ الثقة وهو مبدأ واضح المعالم عند شبابنا الذين كانوا في عصر الرسول صلى الله عليه وسلم والسلف الصالح، وهذا ليس لوجود الرسول بينهم وإنما من ربوهم كانوا يتصرفون بتلقائية وكانون يزرعون فيهم المفاهيم التي تعطيهم قدرًا من الثقة..

لقد كانت رؤية آبائهم وأمهاتهم واضحة، لقد كان الآباء ينفسون عن أبنائهم ويرونهم في بعض الأوقات أفضل منهم، والقضية ليست قضية الجهاد وإنما قضية أطفالنا في الإسلام..

لقد كان هناك دافع دفع هؤلاء الأولاد أن يصنعوا ما صنعوا في كل مجال من مجالات حياتهم وذلك لوجود أم توضح المفاهيم وتترك لهم حرية الاختيار والتصرف..

ولنا في قصة لولدين خرجا من بيتهما ليجاهدا في سبيل الله ويقتلا ذلك الرجل الذي يذكر رسول الله صلى الله عليه وسلم بسوء وهو "أبو جهل"..

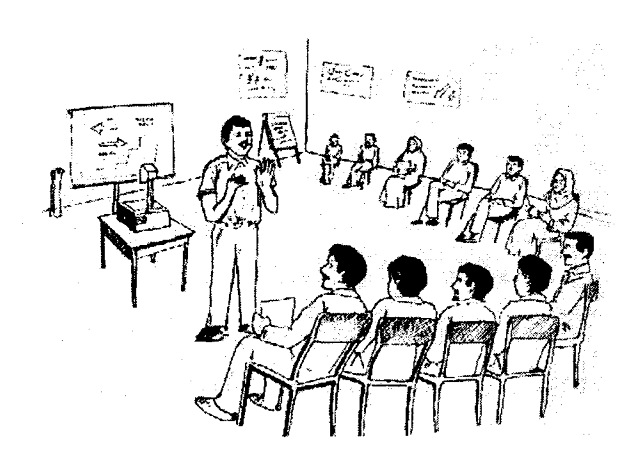
ولدان تحمّلا المسئولية وكان لديهما الثقة في نفسيهما.. لقد اندفع هذان الولدان المراهقان للمعركة فيقول سيدنا عبد الرحمن بن عوف: بينما أنا واقف في بدر في الصف فوجدت عن يميني ولدًا من الأنصار فقال لي: يا عماه هل تعرف أبا جهل؟ قلت له: نعم أعرفه، ما حاجتك إليه يا ابن أخي؟ قال: إني خُبرت أنه يسب رسول الله صلى الله عليه وسلم والذي نفسي بيده لو رأيته لا يفارق سوادي سواده حتى يموت الأعجل منا..

يقول سيدنا عبد الرحمن بن عوف فغمرتني قشعريرة فنظرت الناحية الأخرى فعاود الآخر نفس مقولة الأول فقال له: يا عم هل تعرف أبا جهل؟ قلت: نعم وما حاجتك إليه يا ابن أخي؟ قال: إني خُبرت أنه يسب رسول الله صلى الله عليه وسلم والذي نفسي بيده لو رأيته لا يفارق سوادي سواده حتى

يموت الأعجل منا، فغمرتني قشعريرة حتى إذا ما شاهدت أبا جهل، فقلت: بغيتكم، فلم يترددا وانطلقا فابتدراه فضرباه بسيفيهما حتى قتلاه..

ثم انصرفا إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال صلى الله عليه وسلم: أيكما قتله؟ قال كل واحد منهما: أنا قتلته، فقال صلى الله عليه وسلم: مسحتما سيفيكما، قالا: لا، فنظر صلى الله عليه وسلم في السيفين ثم قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: كلاكما قتله.

نريد أن يكون لدينا نظرة جديدة في قصص الصحابة وأبناء الصحابة بمنظور نفسي واضح، ففي قصة هذين الولدين.. أين خوف الأم؟ لقد ذهب كل الخوف لأن الهدف أسمى ولأنها وثقت بأولادها.





مثلها كمثل المسلم

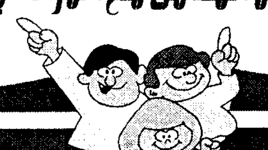
لدينا موقف وهو أن النبي صلى الله عليه وسلم سأل الصحابة: إن من شجر البوادي شجرة لا يسقط ورقها وإنها كالمسلم، فحدثوني ما هي؟ يقول سيدنا عبد الله بن عمر: فوقع الناس في شجر البوادي، ووقع في نفسي أنها النخلة، ثم ذكر الرسول صلى الله عليه وسلم أنها النخلة..

فلما علم سيدنا عمر بن الخطاب أن ابنه كان يعرف جواب سؤال النبي صلى الله عليه وسلم قال له: ما منعك أن تقولها؟ لو كنت قلتها لكان أحب إليّ من كذا وكذا.

لقد أراد عمر وهو الأب أن يعلّم ابنه أن الشجاعة والمبادرة في إبداء الرأي شيء حسن، وأنه يريد أن يسمع ابنه ويفتخر به وهو على الصواب.. هذه هي الثقة.

وهناك دراسات تقول إن ٨٠٪ من حجم مشاكل المراهق في عالمنا العربي والإسلامي نتيجة لمحاولة أولياء الأمور تسيير أولادهم بموجب آرائهم وعاداتهم وحلهم للمشاكل.

يجب أن نزرع في أولادنا الثقة بالذات، ويجب أن يقل الخوف والقلق الزائد من الآباء على أبنائهم.





كيف تعيد الثقة لابنك؟

١- حب ابنك واقبل ابنك المراهق كما هو



قبل الإصلاح وقبل التوجيه وقبل النقد عليك أيها الوالد أن تحب ابنك، واعلم أنه إن كان ولدًا غير صالح فهو قدرك، ولابد أن تشعر بالرضا من الله تبارك وتعالى أن الله قد رزقك هذا الابن وبناء على هذا الرضا سينبع حبك لابنك..

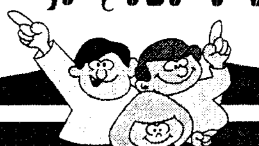
اقبل ابنك وحبه أكثر من ابن الجيران ومن ابن أخيك ولا تقارنه كثيرًا بمن هو أفضل منه، لأن نظرة المقارنة ونظرة الذم عندما تكبر مع الولد لن يستطيع أن يحقق ذلك الولد أي شيء.

وأنا أقابل مراهقين يقولون لي: بابا لا يحبني ولا يقبلني، أنا أرى ذلك في عينيه وأسمعه يتهامس مع والدتي أنني مخيب لأمله.. أنا أشعر أنني لن أحقق له ما يريده.. بالرغم - والله يا دكتور- أنني لست سيئًا.. أنا لديّ إمكانيات وقدر من الإبداع لكنه لا يريد أن يكتشف هذا فيّ.

٢- لاحظ دائمًا جهد ابنك المراهق وإن قلّ



يجب أن يدرك الوالدان أن عملية التغيير في المراهق تكون بطيئة وتحتاج إلى شهور وربما أعوام ليحدث التغيير، وهذا التغيير يحتاج جهدًا؛ لذلك لابد أن



تلاحظ كل متغير جديد للأفضل عند ابنك، فالولد الذي لم يكن يـصلي تمامًـا إذا صلى بعدم انتظام فهو شيء جيد لأن عدم الانتظام في الصلاة أفضل مـن تركهـا تمامًا، وإذا تطور هذا الولد فصار يصلي كل الصلوات ولكن ليس على وقتها فقد تحسّن نحو الأفضل، والأمر نفسه في الجانب الدراسي، وهكذا.

إذن يجب أن نلتفت إلى جهد المقل، وهذا أمر مهـم في التعامـل مـع المراهـق وغيره، فالزوجة عندما تتزين لزوجها بوضع قرط صغير أو زينـة معينـة بـسيطة فإنها تريد أن يلتفت زوجها لما فعلته لكن في الحقيقة كثـير مـن الأزواج لا يـرون هذا، وهذا يُحدث خيبة أمل عند الزوجة، ونفس الأمر مع المراهـق إذا لم يلتفـت أحد لجهده ستحدث له خيبة أمل.

٣- قدّر ما يقوم به ابنك



والتقدير أمر والملاحظة أمـر آخـر، فالملاحظـة تكـون بـالنظرة وبأسـلوب الكلام والحوار بأن تقول له كلمة وسـط حـوار طويـل منهـا يعلـم الابـن أنـك تلاحظ أن ابنك مهما فعل من جهد قليل.

لابد أن تقدر ابنك إذا فعل ما هو حسن..

وأذكر اثنين من الشباب في الصف الأول الإعدادي في أحد المـدارس قامـا بعمل مسابقة وهي مسابقة بسيطة عبارة عن أنّ مـن يـضع علـب الميـاه الغازيـة وهي ما تعرف بـ(الكانز) فوق بعـضها دون أن يُـسقطها هـو الفـائز، واسـتطاع أحدهما وضع عشرين علبة وأثناء لعبهما جاء أحد المدرسين وقال لهما: مـا لعـب الأطفال هذا؟ وسخر منهما ولم يقدّر ما يفعلانه..

وهذا ما أقوله وهو أنه يجب أن نقدّر كل شيء يفعله ابنك حتى لو كان فوزه في مسابقة أنت تراها بسيطة أو تعتبرها تافهة.



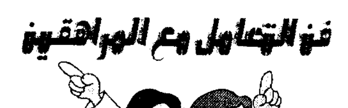
وأذكر أيضًا أمًا جعلتني أتخذ موقفًا منها لأن ولدها قد أعجبني فيه طريقة تعامله، وهذا الولد كان يريد أن ينتقي كلبًا ويضعه في حديقة منزله وهو أمر شرعي لأن الكلب سيكون خارج المنزل لكن الأم تنتقد انتقادًا شديدًا تعلق الابن بهذا الكلب، وكيف أن كل كلامه أصبح في أنواع الكلاب وحياتها وما إلى ذلك، وأن هذا أصبح كل اهتمام ابنها، وأنا لا أعلم لما تنتقده فربما تكون هي مهتمة بشيء مثل الموضة أو الدين أو غيرهما من الأمور المختلفة..

وذات مرة كان الولد يتكلم فضحكت الأم ضحكة استخفاف وسخرت منه، وهو أمر أحزنني حقيقة لأنها لم تقدّر ما يقوله وإنما سخرت منه.

٤ - اعتقد في قدرات ابنك أنه يستطيع أن يصل لما تريد

قل لنفسك سيصل ابني وسينجح وسيحقق ما أريد إن شاء الله واعتقد أن قدرات ابنك ليست هينة أو قليلة وأنه في النهاية سيكون ما تتمنى وتطمح أن يكون عليه.

وتذكر أن الرسول صلى الله عليه وسلم في أشد لحظات الإسلام ظلمة في تاريخ الإسلام كله في غزوة الأحزاب حيث كان الأمر جد خطير، ولا أحد يرى مخرجًا وبلغت القلوب الحناجر كما وصفها رب العالمين وليس هذا فقط بل يقول



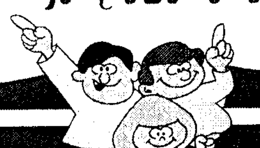
الله تعـالى: ﴿وَتَظُنُّونَ بِٱللَّهِ ٱلظُّنُونَا۠ ﴿١٠﴾ هُنَالِكَ ٱبْتُلِيَ ٱلْمُؤْمِنُونَ وَزُلْزِلُواْ زِلْزَالًا شَدِيدًا ﴿١١﴾﴾ [الأحزاب] فما كان من رسولنا الكريم صلى الله عليه وسلم إلا أن قال لهم: لا تقلقوا سوف نقدر، لقد وُعدت بفتح الحيرة وبفتح المدائن وفتح صنعاء وغيرها من المدن.



إن الفشل خطوة للنجاح، واعلم أن ابني إن لم يستطع أن يصنع ما أريد الساعة فسيستطيع في المستقبل أن يصنع ما يريده وما أريد.

٥- لا تطلق على ابنك لفظ الصغير..

فلا تقل له أنت ما زلت صغيرًا، لأنك تقضي على إمكانياته وقدراته، وتجذبه للخلف فأنت تجذبه لشيء يرفضه ولا يحبه، فهو يتمنى أن يتخلص من كلمة أنت صغير.



٦ - لا تجعل ابنك أبدًا يستشعر أنك تراقبه 

لو شعر ابنك أنك تراقبه طوال الوقت فسيشعر أنك لا تثق فيه وسيرتكب الأخطاء، ونلاحظ أن الشخص العادي الذي يكتب مقالاً أو يكتب قصيدة أو موضوعًا لو لاحظ هذا الشخص أن عينًا تراقبه فإنه سيتوتر ويرتكب الأخطاء، وبالتالي لا تجعل ابنك يشعر أنك تراقبه طوال الوقت.

٧- تذكر أن أفضل شيء يفعله الآباء أحيانًا هو الصمت

ليس ضروريًا أن يكون لك رد فعل في كل الأمور التي يفعلها ابنك وإنما هناك وقت الصمت فيه أفضل من أي تدخل.

٨- اعلم أن كل إنسان يحتاج إلى لمسة حانية

تذكر متى كانت آخر مرة حضنت فيها ابنك؟ متى كانت آخر مرة خرجت فيها مع ابنك؟ متى كانت آخر مرة يا أم تكلمتِ فيها مع ابنتك وأفضت واستفضت؟ كم مرة أعطيت ابنتك قبلة؟ منذ متى لم تنم ابنتك في حضنك؟ منذ متى لم تقومي أيتها الأم بتدليل ابنتك؟ منذ متى لم تقومي بتمشيط شعر ابنتك؟

واعلموا أن البيت الحازم والذي لا يعطي للعاطفة مساحة نجد في كثير من الأحيان أن البنات اللائي يخرجن من هذا البيت يكن في حالة انحلال عاطفي والأولاد أيضًا..

وأتذكر حادثة لشاب عمره ١٧ سنة أحب بنتًا وتوهم أنها تحبه وتوهم أن عواطفه ومشاعره متعلقة بها وأصبح يغدق عليها كل الإغداق، ويعطيها كل ما يستطيع، ثم تركته هذه البنت، وجاء هذا الشاب لي وهو في حالة انهيار لأنه

اكتشف أنها ليست مخلصة وليست إنسانة جديرة بمشاعره وعواطفه، واكتشف أنها تعرف شخصًا غيره.

القضية أنه وجد فيها تعويضًا كاملاً لما هو مفتقد له في البيت فهو يجلس في البيت ما بين أب وأم لا يتكلمان، أب وأم يوفران لابنهما كل شيء، سيارة وغيرها لكنه مفتقد للحوار والتواصل الحقيقي مع والديه.

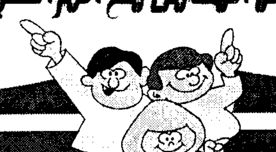
والمشكلة أن قلة ثقة الولد بنفسه كانت واضحة المعالم وقلة الثقة هذه هي التي تدفع شبابًا كثيرين في كثير من الأحيان إلى البحث عن شخص يحبونه ويبادلهم هذا الحب.

٩- ابحث عن حلول لمشاكل ابنك بدلاً من إلقاء اللوم على الآخرين

على المربي أن يبحث عن حل المشاكل، وعليه أن يكف عن لوم الآخرين وإلقاء الأخطاء على الغير..

وأذكر زميلاً لي اسمه أحمد كان متأخرًا دراسيًا بصورة واضحة حيث كان يمر بكل صف في سنتين فتعثر في الإعدادية وانتهى من الثانوية في فترة طويلة، وعندما كنا نسأله لماذا تتعثر هكذا؟ ما هي المشكلة؟ قال: المشكلة ليست فيّ، المشكلة فيمن حولي وفي نظام التعليم لأنه نظام خاطئ والمدرسون ليس لديهم ضمير فلا يشرحون.. و.. و.. إلخ.

أحمد أفندي هذا انتهى من الثانوية العامة بعدما انتهينا نحن من الكلية والتحق بكلية الحقوق، وفي السنة الأولى انتقل لكلية الآداب وفي السنة الأولى قال: لن أكمل تعليمي، يبدو أن التعليم في مصر ضدي تمامًا، وبدأ يبحث عن



وظيفة، وعندما وجدها عمل فيها لمدة ستة أشهر ثم ترك العمل وقال: مديري عنده فقر أخلاقي وأنا لا أستطيع أن أتعامل مع هذه النوعية، ولما تزوج طلق زوجته بعد ثلاثة أشهر فلما سألته لماذا طلقتها يا عم أحمد؟ قال: لما كنت أراها كنت أقول أعوذ بكلمات الله التامات من شر ما خلق، رغم أنه رآها قبل الزواج.

ومشكلة أحمد هذا أنه كان يلقي اللوم على الآخرين..

إذن لابد أن نحاول أن نحل أي مشاكل تواجه أولادنا وأن نساعدهم في الحل..
وإياك أن تقدم لابنك الحل أو أن تحل أنت مشكلته بل ادفعه نحو الحل، وعلمه أن يبحث عن حلول لمشاكله بدلاً من إلقاء اللوم على الآخرين.

١٠- أعد التفكير في سبب رفضك لما يريده ابنك



إذا وجدت معظم المراهقين يشتركون في فعل شيء ما ولكنك ترفض هذا الشيء فأنا أطلب منك أن تعيد التفكير في سبب رفضك لهذا الشيء، وهذا ينطبق على الملابس وعلى اللغة الدارجة وعلى طبيعة الحياة وعلى سهرهم في بعض الأوقات لوقت متأخر..

فلابد أن تراجع نفسك في سبب رفضك وتقول لنفسك: كيف أرفض آلافًا مؤلفة من المراهقين يسلكون نفس هذا السلوك؟ لماذا تريد أن يكون ابنك متفردًا عن غيره بشكل أو بآخر؟

١١- علّم ابنك الحل الوسط

إن الوالدين دائمًا يصفان أولادهما بأنهم عنداء وأنه لا يصلح معهم التفاوض، ثم نكتشف أن هذه الصفات ربما تكون موجودة فينا نحن الآباء والأمهات..

هنا لابد أن نلجأ إلى حل وسط، بحيث أقرّب مفهومي من مفهوم ابني، فلابد أن نعوّد أولادنا على التفاوض والشورى، وربما لجأنا لإقامة برلمان أسري نتكلم فيه في قضايانا ومشاكلنا المختلفة، ولابد أن يكون لدى الأب والأم الشجاعة وذلك بالجلوس في هذا البرلمان وعمل استجواب لهما..

لابد أن يكون في هذا البرلمان مناقشة ديمقراطية لأن هذا البيت ما هو إلا عبارة عن سفينة لابد من قيادتها وتسييرها نحو بر الأمان وهذه مسئولية الوالدين.

إن الحل الوسط شيء غاية في الأهمية، وبه ربما استطعنا أن نصلح كثيرًا من عيوب أولادنا لأننا نعلّم أولادنا أن عليهم واجبات ولهم حقوق.. ابني يريد أن يتأخر بالليل فنسمح له في مقابل أن يفعل ما يُطلب منه في كذا، وأحاول أن أعدّل شيئًا سلبيًا في طبيعة ابني وأطوعه.

١٢- لا تجب على أسئلة ابنك بطرح أسئلة أخرى 

إياك كمرب أن تجيب سؤال ابنك بطرح أسئلة أخرى.. كأن يقول لك ابنك: لماذا ترفض خروجي مع أصحابي؟ فتكون إجابتك: هل ذهبت اليوم للمدرسة؟ وكأن المبدأ أسألك سؤالاً تسألني سؤالاً وهي طريقة منفرة وطريقة تجعل الكلام يحتد وستجد الولد يغضب.

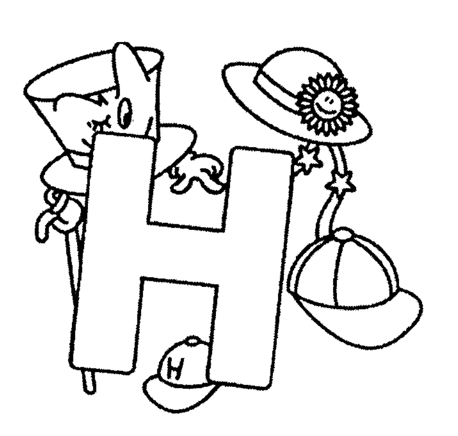
١٣- لا تُقل من شأن اهتمامات ابنك 

مهما كانت اهتمامات ابنك تافهة فلا تقلل من شأنها لأن هذه الاهتمامات لدى ابنك ليست تافهة، وذكرنا موقف المدرس الذي حقّر من مسابقة علب المياه الغازية التي كان يلعبها زميلان.

وذكرنا أيضًا الأم التي لم تُقدر اهتمام ابنها بالحديث عن الكلاب وأنواعها.

١٤- احترم الذوق العام للجيل المنتمي إليه ابنك 

يجب أن يحترم الوالدان الذوق العام للجيل الذي ينتمي إليه أولادهما، وأنا أقصد الذوق العام المقبول وليس المبالغ فيه، فلو ذهبت إلى أي تجمع للشباب في المدارس أو في النوادي أو غير ذلك ستجد نفس "الاستايل" ربما تراه أنت ذوقًا



منفرًا، لكنه ذوق عام بالنسبة للشباب، ولا يهم رأيك فيه ما دام هذا الشيء لا يمثل بالنسبة لك مشكلة فلابد ألا تأخذ منه مشكلة.



١٥- ساعد ابنك على تفهم الصورة الخيالية التي يقدمها الإعلام

لابد من توعية ابنك وجعله يفهم الصورة غير الواقعية التي يقدمها الإعلام من خلال الأفلام العربية وأغاني الفيديو كليب، وما يقال وما نراه من قصور ومنازل فارهة وسيارات وأن كل هذا ما هو إلا عبارة عن أفلام وأن الحياة الحقيقية مختلفة تمامًا، ويجب أن ينتبه الإعلاميون والقائمون على الإعلام أنهم يرسّخون بعض المعاني عند الشباب المراهقين مثل قضية الحب وأنها هي أغلى القضايا في المجتمع، ويجب أن يكون لكل ولد بنت يحبها، وأن الذي لا يحب يكون ميتًا..

إن قضية الحب يجب أن يكون فيها تقنين، فالحب مهم والعواطف أهم، لكن القضية هي: هل الحب هو كل شيء في الحياة؟ فيترك الطالب مدرسته ويمشي مع فتاة ويتكلم معها عبر الهاتف طوال الليل، لابد أن يكون لدينا قدر من النظرة الموضوعية بشكل أو بآخر.



١٦ - هل تبادر إلى ذهن أي أب أن يشارك ابنه في اللعب

هل خطر على ذهن الآباء أن يشاركوا أبناءهم في لعب كرة مع زملائهم؟ هل تبادر إلى ذهنك أن تخرج مع أصحاب أولادك دون أن تُشعرهم أنك أب؟ هل تبادر لذهنك أن تجمع أصحاب أولادك وتتكلم معهم؟ ونفس الأمر مع الأمهات ما هي آخر مرة خرجت فيها مع ابنتك على أنها صاحبتك؟



حاول إيجاد رياضة مشتركة لتمارسها مع ابنك أو ابنتك ومن خلال اللعب نستطيع أن نوجه ونشير ونصلح.



١٧ - وضّح لابنك قيمة أن يضع لنفسه هدفًا ويحققه

عليك أن تصل ابنك بالأبطال الذين حققوا إنجازات غير عادية، احكِ لابنك عن محمد الفاتح الذي كان عمره ١٢ سنة وتولى خلافة الدولة العثمانية ولما بلغ ٢٣ سنة فتح القسطنطينية..

روى الإمام أحمد في مسنده، عن عبد الله بن بشر الخثعمي عن أبيه أنه سمع النبي (صلى الله عليه وسلم) يقول: "لتفتحن القسطنطينية، فلنعم الأمير أميرها، ولنعم الجيش ذلك الجيش".

اجعل ابنك يحدد هدفًا كما فعل محمد الفاتح حيث وضع لنفسه هدفًا أنه يريد أن يفتح روما

ولقد استطاع محمد الفاتح أن يفتح القسطنطينية لأنه كان لديه مدرس جيد وأم في غاية القوة، كانا دائمًا يعطيانه الإيحاء أنه هو من سيفتح القسطنطينية، كان في لعبه يلعب لعبة كيف نفتح القسطنطينية، وكان يملك "ماكيت" للقسطنطينية ويحارب ليفتحها، كان لدى محمد الفاتح الإعداد الذي أهّله لفتح القسطنطينية.

لابد أن تحكي لابنك قصص هؤلاء العظماء، ولنا في قصة الحاجب المنصور القدوة وهي قصة في غاية الروعة، كان الحاجب يعمل حمّارًا أي أنه يحمل

الأشياء على حماره من مكان لمكان وكان يعيش في غرفة مع اثنين من زملائه والحمير كانت تشاركهم نفس الغرفة، ولك أن تتصور رائحة المكان وكيف كان وضعهم وحياتهم، الحاجب المنصور لم يكن اسمه في هذا الوقت الحاجب المنصور وإنما كان اسمه عبد الله بن أبي عامر..

وذات يوم وهم يتناولون عشاءهم فإن عبد الله بن أبي عامر أو الحاجب المنصور قال للرجلين اللذين كانا معه: لو صرت أنا خليفة الأندلس ماذا تطلبون؟ قال الأول: أعطني مائة ألف دينار وأعطني قصرًا مشيدًا وحدائق غناء وجواري حسانًا، فقال الحاجب المنصور له: إن صرت خليفة لك هذا، ثم نظر للرجل الآخر وقال له: وأنت؟ فقال الرجل: إن صرت خليفة فاحملني على حمار تطوف بي الطرقات يستهزئ بي الناس.

فحدد الحاجب المنصور هدفه وهو أن يحصل على الخلافة وكان عمره في هذا الوقت ١٧ سنة فوجد أن عمله لن يوصله إلى هدفه وعلم أنه لابد أن يغيّر طريقه، فعمل شرطيًا وتفانى في عمله، وبدأ يترقى ويحفظ الأمن ويحصل على قضايا كثيرة ناجحة حتى أصبح مدير شرطة قرطبة ثم أصبح ما يماثل وزير الداخلية بعد فترة ثلاثين عامًا وصار يبلغ ٤٧ عامًا لكنه يسعى إلى الخلافة، الهدف واضح، ثم ارتبط مع آخرين في محاولة تحقيق حلمه، وفجأة مات الخليفة وترك ابنه وعمره تسع سنوات لا يصلح للحكم، فأقيم مجلس وصايا ليختاروا خليفة فاختاروا شخصًا من بني أمية ثم قائد الجيش ومعه عبد الله بن أبي عامر، وفي النهاية صار الأمر لعبد الله بن أبي عامر وصار خليفة الأندلس.

وشهدت الأندلس في عهده ما لم تشهده في عهود الأمراء الأمويين من قبل، وبعد فترة طويلة فإن الحاجب المنصور تذكر الرجلين الاثنين فأمر حاجبه أن يذهب إليهما، وفعلاً وجد الرجلين في نفس المكان الذي كانا فيه، وإن اختلف السن وإن اختلف المقام وأحضرهما إلى بلاط الحاجب المنصور، وقال لهما: أتتذكراني؟ قالا: بلى، ثم قال الحاجب المنصور للرجل الأول: هل تذكر ما طلبته مني ساعة أن تمنيتَ علي إن كنت خليفة؟ قال له: نعم طلبت مائة ألف دينار وجواري حسانًا وقصرًا مشيدًا وحدائق غناء، قال: لك هذا، ثم نظر للرجل الآخر وقال له: قد تمنيت علي أمنية إن صرت خليفة ماذا أصنع بك؟ قال أن تحملني على حمار وتهزأ بي في طرقات المدينة، ولكنني أطلب العفو والسماح، قال: والله لأفعلن حتى يعلم الناس أن الله على كل شيء قدير.

قصة رائعة وأعتقد أنها يجب أن تروى للأبناء ليروا حجم التغيرات والتحولات التي حدثت فيها..

وهناك قصص أخرى مثل قصة صلاح الدين الأيوبي أو سيف الدين قطز أو الشيخ أحمد ياسين أو عبد العزيز الرنتيسي أو غيرهم من هؤلاء، فلابد أن أوضح لابني قيمة ان يضع لنفسه هدفًا ويحققه.

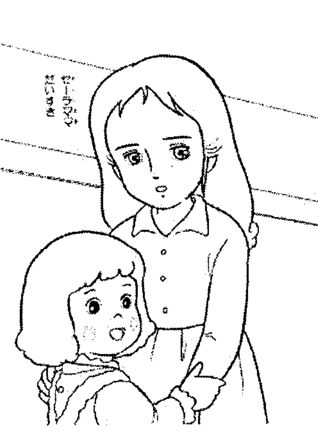
١٨ - لا تُقحم نفسك على صداقات ابنك



اترك ابنك يجرب ويتناقش، واعلم أنه سيرجع لك، لكنك لو اعترضت على صديق معين سيعترض ابنك أكثر وستصبح عدوه، وصديقه هذا سيصير حبيبه.

١٩ - لابد أن تقول لابنك أنا معجب بك





أمر طبيعي أن أي أب وأي أم يحبان أولادهما لكن قول أنا معجب شيء آخر لأنها تختلف جدًا عن جملة أنا أحبك، هناك صفات محددة لابد أن تبدي لابنك إعجابك بها مثل أن تُعجب بطيبة البنت أو رقتها في التعامل أو على عفوها مع أخواتها ونفس الأمر مع الولد، جربوها حتى أن الزوج ربما جربها مع زوجته كأن يقول لها أنا معجب بتسريحة شعرك وأسلوب زينتك أو أنا معجب بأخلاقك وتفانيك وجهدك، وقول أنا معجب أمر غير أنا أحبك، لأن الحب أمر افتراضي لكن أنا معجب فهو تحديد لشيء معين.

٢٠ – اجعل ابنك يعرف أنه لا بأس بألا يفهم كل شيء



إذا أقبل ابنك عليك ليسألك سؤالاً فلا تنظر له نظرة استهزاء وتقول له إنه لا يجب أن يعلم كل شيء لأنه صغير وعليه ألا يتدخل فيما لا يعنيه، وإنما اجعله يعرف أنه لا بأس ألا يفهم كل شيء.

٢١- من حق ابنك أن يعترض على عاداتك السيئة





إنه لأمر طبيعي أن يعترض الابن على عادات والده السيئة مثل التدخين وعدم ممارسة الرياضة أو اعتراضه على العصبية الزائدة في المناقشات معه، وذلك لأن هذه العادات يُطلب منه ألا يمارسها فمن حقه أن يعترض عليها إذا كانت لديك..

واعلم أن من أكثر الأمور التي تعطي لابنك ثقة في نفسه هو أنه إذا لفت انتباه والديه أو اعترض على خطأ ما فيهما استجاب الوالدان وبدآ في إصلاح ذلك الخطأ.

٢٢ - كن على طبيعتك مع أولادك



فنحن نعيش في عصر بالروح بالدم نفديك يا فلان، فعليك أن تكون على طبيعتك مع أولادك فكونك أبًا أو كونكِ أمًا لا يعني أن تدعي ما ليس فيك.

٢٣ - لا تبالغ في تمجيد ذاتك



عليك ألا تبالغ في تمجيد ذاتك وما كنت تفعل من بطولات في مرحلة الشباب، وتصف كيف كنت مؤدبًا ومحترمًا، لأن هذا كلام غير مقبول لدى ابنك لأن الجميع أصحاب مشاكل، فاعترف لابنك أنك لم تكن مثاليًا عندما كنت في مثل سنه.

٢٤ - كن متفائلاً أغلب الوقت 

لأن التفاؤل له أثر جيد على نفوس الأبناء، ويجب ألا تغلب عليك روح الانهزامية والإحباط الذي نُحدثه لأولادنا في كثير من الأحيان بشكل أو بآخر..

لذا حاول أن تكون دائمًا متفائلاً سعيدًا مبتسمًا.

٢٥ - إياك أن تكذب على ابنك 

إياك أبدًا أن تكذب على ابنك حتى لا يفقد ثقته فيك.

٢٦ - ساعد ابنك على تذكر الأحداث السعيدة 

عليك أن تساعد ابنك على تذكر الأحداث السعيدة وقت الشدة أو عند مواجهته مشكلة ما مع صاحبه أو غيره، دائمًا ذكّره بالأحداث السعيدة والنشاطات التي قام بها وقت الأزمات.

٢٧ - أسرع في التسامح مع ابنك 

إن هناك أمهات ملتزمات لكنهن يعتقدن أن التربية مقرونة بالتزمت ومبدأ ضرب البنت أو اكسر للبنت ضلعًا سيصبح لها أربعة وعشرون، وأنه يجب عدم تدليل الابن ليصبح رجلاً، ومثل هذه الأمور لا شك أنها تهز الثقة في نفس الأبناء..

لابد أن يكون هناك كظم للغيظ وعفو وتسامح، يقول الله تعالى: ﴿وَٱلْكَـٰظِمِينَ ٱلْغَيْظَ وَٱلْعَافِينَ عَنِ ٱلنَّاسِ﴾ [آل عمران:١٣٤] ، فلا تعاقب ابنك أبدًا بالتهديد بأن العلاقة بينكما ستنهار وإنما عاقب برفق وضوابط، لذا

أسرع في التسامح مع ابنك، وتذكر قوله تعالى: ﴿ ۞ وَسَارِعُوٓاْ إِلَىٰ مَغۡفِرَةٖ مِّن رَّبِّكُمۡ وَجَنَّةٍ عَرۡضُهَا ٱلسَّمَٰوَٰتُ وَٱلۡأَرۡضُ أُعِدَّتۡ لِلۡمُتَّقِينَ ﴿١٣٣﴾ ٱلَّذِينَ يُنفِقُونَ فِي ٱلسَّرَّآءِ وَٱلضَّرَّآءِ وَٱلۡكَٰظِمِينَ ٱلۡغَيۡظَ وَٱلۡعَافِينَ عَنِ ٱلنَّاسِۗ وَٱللَّهُ يُحِبُّ ٱلۡمُحۡسِنِينَ ﴿١٣٤﴾ ﴾[آل عمران].

٢٨ - لا تجعل الإحساس بالذنب يسيطر علي ابنك



عندما يخطئ ابنك أو يفشل في أمر ما، فلا تجعل الإحساس بالذنب يسيطر عليه، لأن هذا سيعطيه الإحساس بالدونية الشديدة، وسيفقده ثقته بنفسه.

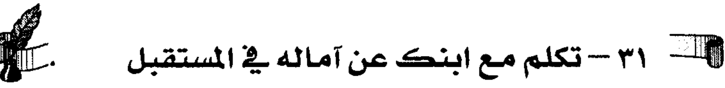
٢٩ - إذا أردت أن تنال شرف نجاح ابنك فكن مستعدا أن تنال قسطًا من اللوم عند فشله

إذا أردت أن تفرح بنجاح ابنك فلابد أن تنال قسطًا من الفشل مع ابنك، واعلم أن اليوم الذي يسقط فيه ابنك هو سقوط لك أنت أيضًا، واليوم الذي ينجح فيه ابنك هو نجاح لك أيضًا.

٣٠ - لابد أن تتناقش مع ابنك في تحسين الأسرة نحو الأفضل



لابد أن يكون بينك وبين ابنك نقاش في القضايا الخاصة بالأسرة وذلك ليشعر ابنك أنه عضو فاعل في هذه الأسرة وتصبح العلاقات أفضل.



٣١ – تكلم مع ابنك عن آماله في المستقبل

تحدث مع ابنك عن آماله وطموحاته في المستقبل لكي تعطي ابنك ثقة في المستقبل، وذكرنا أن للرسول الكريم صلى الله عليه وسلم مواقف كثيرة كانت تحزب الأمة، كان الرسول صلى الله عليه وسلم يتكلم عن آمال المستقبل، مثلما

حدث وقت غزوة الأحزاب للمدينة ومحاصرة المدينة، وكيف أن اليهود نقضوا العهود، نجد الرسول يقول لهم: فتحت المدائن وفتحت صنعاء وفتحت الحيرة رغم أنهم كانوا محاصرين من المشركين.

٣٢- علّم ابنك كيف يفكر بشكل إيجابي



إن التفكير بشكل إيجابي هو قضيتنا، فلابد أن تغرس التفكير الإيجابي في ابنك وتزرع فيه ثوابت واضحة وتعلّمه أنه يجب ألا تكون ردود أفعاله نتيجة لتصرفات الآخرين..

ويجب أن تعلّم ابنك أن يتولى مسئوليات نفسه الصغيرة قبل الكبيرة، وتشركه في أزمات البيت وهذه فرصة لتقارب الأفراد وتصل معه لحل مشترك يرضي الجميع.

٣٣ – حاول أن ترى الإيجابيات في ابنك



عليك أن تبحث عن إيجابيات ابنك وتظهرها له بشكل جيد، حتى يستطيع أن ينميها، كما يجب ألا تلومه على كل ما هو سلبي فيه، وإنما شجّع الإيجابيات الموجودة فيه سواء مهارة معينة أو أيًا كانت هذه الإيجابيات.

٣٤ - ساعد ابنك على معرفة قيمة الوقت



ولكي تنجح في مساعدة ابنك على معرفة قيمة الوقت لابد أن تكون أنت مدركًا هذه القيمة، فعلّمه كيف يرتب أموره وكيف يعرف المهم وغير المهم والعاجل وغير العاجل..

عليك أن تنظم له الأولويات، وذكّره أن صلاح الدين في صغره استطاع والداه أن يضعا له برنامجًا يوميًا يضم كل الأمور التي يحبها هو ووالداه.

٣٥- ساعد ابنك على تعلم مهارات





وأنا أتساءل: لماذا يقضي شباب المرحلتين الإعدادية والثانوية وقتهم في الصيف في الشوارع أو النوادي؟ لماذا لا يقوم هذا الشباب بالعمل في الإجازة الصيفية؟

إن هذه الأعمال ستبرز فيهم مهارة معينة من المهارات مثل الإسعافات الأولية أو تشجير أشجار أو عملية تبييض المباني أو مهارة تنسيق الزهور للبنات..

إن هذه المهارات تعطي للشاب القدرة على أن يعبر عن نفسه ويبرز إمكانياته.

٣٦ - لا تهن ابنك أبدًا أمام الآخرين



إنه لمن الصعب على الابن أن يُهان أمام الآخرين وهو شيء في منتهى القسوة فلا تهنه حتى بالألفاظ أمام الآخرين، فلا تشتم ابنك أو تلمه أمام الآخرين لأنك بذلك تحرجه وتسفه منه وتقلل من شأنه وهذا الأمر بلا شك يقلل من ثقته بنفسه.

٣٧ – دع ابنك يعبر عن رأيه بحرية



اترك حرية لابنك للتعبير عن رأيه، وهذا سيمكّنك من أن تعرف طريقة تفكير ابنك.

٣٨ - لا تمانع أن يستخدم ابنك بعض متعلقاتك



تشارك مع ابنك في استخدام بعض المتعلقات مثل الساعات والنظارات والهواتف النقالة، وللبنت أن تستخدم بعض متعلقات أمها الشخصية، لأن هذا يُشعر الأبناء بوجود الصداقة بينهم وبين والديهم.

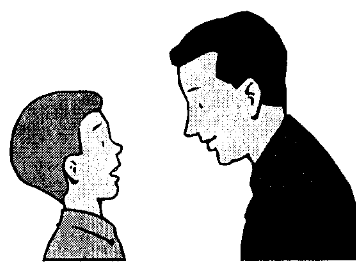
٣٩ - حافظ على سر ابنك، ولا تبح بأسراره أبدًا فإذا أخبرك بسر فلا تفشه أبدًا.

٤٠ – إياك أن تعد ابنك بشيء لا تستطيع الوفاء به

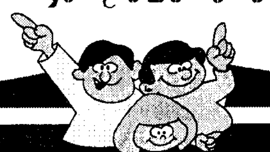


لأن هذا يهز ثقته فيك وفي الثوابت المترسخة لديه، ولو وعدته بشيء وأخطأ فالوعد شيء والخطأ شيء آخر.

٤١- عندما يسألك ابنك سؤالاً محرجًا فلا تخجل من ابنك



إذا سألك ابنك أسئلة حرجة خاصة بالتغيرات الجسدية أو العلاقة الحميمية أو في النظافة الشخصية والطهارة والغسل والاغتسال أو سؤال البنت عن العادة الشهرية، فلا تتملص من الإجابة، لذا يجب أن يكون لديك قدر من الثقافة.



٤٢ – الاهتمام بالتغذية الصحية وممارسة الرياضة



هناك بعض الفيتامينات التي تعطي ثقة وقوة وإرادة، فلابد من الاهتمام بالتغذية الصحية وممارسة الرياضة حتى لا تظهر البدانة التي تُفقد الثقة بالنفس.

٤٣ – كن واقعيًا في التعامل مع ابنك



واعلم أن الإنترنت والتلفاز في متناول يديه مهما منعته عنهما لذا جهزه للتعامل مع أي من تلك الأشياء البعيدة عن قيمنا الدينية والأخلاقية.

٤٤ - لا تخجل أبدًا من إظهار عواطفك لابنك



هناك كثير من الأمهات يبدأن بالقسوة على بناتهن عندما يبلغن سن ١٢ سنة، وأنا أقول لهن أين الحضن والعواطف والمشاعر؟

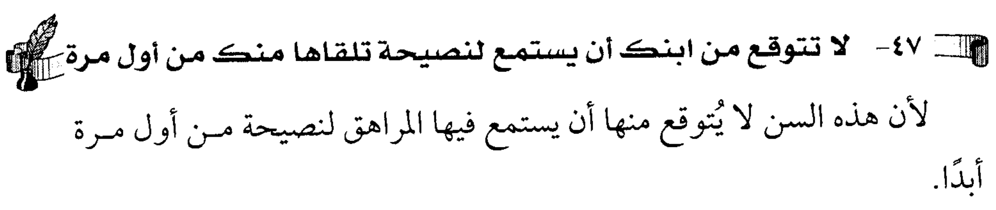
٤٥ - لا ترسم خطًا على الرمال أثناء العاصفة



فلا ينبغي أن نتخذ قرارًا في أسوأ الأوقات، بمعنى أنه لا ينبغي للأب أن يتخذ أي قرار أثناء المشاجرات والتعصب بين الأبناء والآباء، لأن هذا سيكون قرارًا تعسفيًا.

٤٦ – على الوالدين أن ينتبها إلى أن العلاقة بين الأم وابنها والعلاقة بين الأب وابنته علاقة حساسة جدًا.

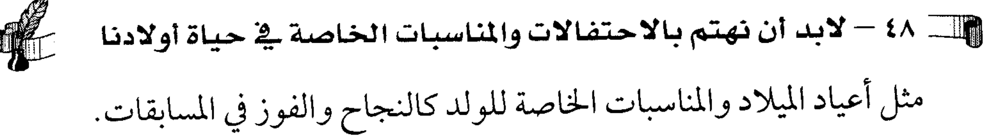
لأنها ترسم للولد صورة الزوجة أو المحبوبة في المستقبل، وترسم للبنت صورة الزوج أو المحب أو الخاطب في المستقبل، فلا تجعلوا أبناءكم يكرهون الزواج بسوء العلاقات الأسرية.



٤٧- لا تتوقع من ابنك أن يستمع لنصيحة تلقاها منك من أول مرة

لأن هذه السن لا يُتوقع منها أن يستمع فيها المراهق لنصيحة من أول مرة أبدًا.





٤٨ – لابد أن نهتم بالاحتفالات والمناسبات الخاصة في حياة أولادنا

مثل أعياد الميلاد والمناسبات الخاصة للولد كالنجاح والفوز في المسابقات.



٤٩- علينا أن نتقبل حقيقة أننا لسنا آباء وأمهات مثاليين فذلك سوف يقلل الضغط علينا وعليهم.

٥٠- لا تعمم غضبك أو أفكارك السلبية في كل شيء يفعله ابنك

حاول الفصل بين تصرف وآخر، وحادثة وأخرى، وابتعد عن الحوار إذا كان مزاجك غير مستقر.



٥١ - لا تحزن عندما تفشل في توجيه ابنك إلى ما تريد



لقد قمت بمجهود، وتذكر دائمًا قول الله تبارك وتعالى: "إن الله لا يضيع أجر من أحسن عملاً".



٥٢ – تجنب أنا خبرة.. أنا أعلم.. لأن معنى هذه العبارات أنك لا تنصت إليه.



٥٣- ليس واقعيًا ولا موضوعيًا أن توافق على كل أفعال ابنك 

لأن أفعال ابنك ليست صحيحة كلها وإنما سنعترض على بعض الأفعال ونجيز بعض الأفعال.

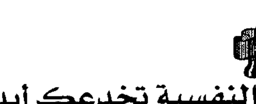
٥٤ - إن كنت لطيفًا هادئًا مع ابنك فاعلم أنه لن يتقبل كل تصرفاتك وأفعالك لأنكما شخصيتان تحاولان أن تمتزجا عبر السنين.

٥٥ - لا تشعر دائمًا أن الأمور التي يفعلها ابنك أو تخصه خطيرة ومهمة

لأن هذا سيحدد رد فعلك، لذا يجب أن تخفف من ردود أفعالك.

٥٦ - تخلص من ٢٥٪ من نقدك لابنك للحد من الخسائر 

لذا تآلف مع الجديد من الأفكار، وكن سعيدًا لكون ابنك مراهقًا، وأنه بدأ يكبر وبدأت البنت تكبر وتتحجب، وأصبح لأبنائك رأي.

٥٧ - إياك أن تتوقع أن الحياة سهلة خالية من المعاناة، وإنما الحياة بها معاناة وسلبية. 

٥٨ - لا تدع الحالة النفسية تخدعك أبدًا

إياك أن تكون متضايقًا من أمر أو أن أحدًا نقل لك مخاوف أو سمعت محاضرة عن الإدمان أو عن التدخين أو العلاقة ما بين الولد والبنت فتزداد مخاوفك وتتعامل مع ابنك من خلال حالتك النفسية.

٥٩ - يمكن أن تصنع شيئًا واقعيًا مختلفًا في هذا العالم من خلال علاقتك بولدك.

٦٠- إن الاستعداد المبكر لاستقبال طبيعة المراهقة أمر في غاية الأهمية.

٦١ - كن قدوة يُحتذى بها، وبعدها سيصبح ابنك صاحب ثقة.

٦٢ - أنت تستطيع فقدّر نفسك

لأنك إن استطعت وقدّرت نفسك تحكمت في أعصابك وبالتالي ستستطيع أن توصل هذا لابنك.

٦٣ - ضع احتمالات النجاح نصب عينيك، وإياك أن تعتقد أن مرحلة المراهقة مرحلة دمار.

٦٤ - تدرب ألا تهتم بصغائر الأمور

لأن صغائر الأمور من الأشياء التي تجهد الأب والأم بشكل كبير.

إنني أحاول أن أزرع فكرة معينة في القلوب وفي العقول، فأنا أزرع فكرة حتى أحصد فعلاً، وأزرع فعلاً كي أحصد عادة، وأزرع عادة كي أحصد شخصية، وأزرع شخصية كي أحصد مصيرًا ومستقبل أمة.



ولابد أن تعلم أنك لن تستطيع أن تزرع الثقة في نفس ابنك إلا بعد أن تحدد هدفًا واضحًا أمامك ألا وهو إعادة الثقة..

ولكي تحدد أهدافك وتكون واضحة المعالم لابد أن تسعى إلى تحقيق هذا الهدف..





خمس نقاط للوصول لأي هدف

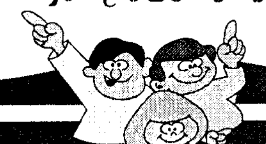
لدينا خمس نقاط مهمة لابد أن تكون نصب عينيك عندما تضع أي هدف في حياتك حتى تصل لهذا الهدف.

١- احسب التكلفة

عليك أن تحسب تكلفة القيام بهذا الهدف، ومدى الجهد المبذول في تحقيق هذا الهدف، وتسأل نفسك: هل أنت ستستطيع أن تقوم بهذا الجهد أم لا؟

فلكي تعيد ثقة ابنك بذاته وهذا هدف لابد أن تحسب التكلفة والمقدار المطلوب منك لكي تعيد هذه الثقة إلى ابنك، كما يجب أن تحسب تكلفة تغيرك أنت لأنك لابد أن تتغير لكي تحب وتقبل ابنك كما هو كأن تقلل من عصبيتك ومن نظرتك الناقدة وتسلطك، كما يجب أن تزيد من قدراتك لكي تستوعب وتصبر وتسامح، ويجب أن يكون لديك عفو في أعلى معانيه وكظم للغيظ لذا عندما تحدد هدف إعادة الثقة لابد أن تنتبه أنك لن تستطيع أن تحققه إلا بعد أن تحسب التكلفة التي سيقتضيها أنك تحب وتقبل ابنك المراهق وأنك تلاحظ جهد المقل، وأن تقدّر ما يقوم به ابنك المراهق وأن تثق في قدراته.

والسؤال الآن: ماذا لو وجدت تكلفة هدف تحقيق ثقة المراهق أكبر منك ؟



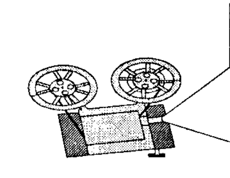
هنا عليك أن توزع الأهداف، وتقسمها فتبحث عما تستطيع فعله وعما لا تستطيع فعله، فربما تكتشف أنك لن تستطيع أن تعيد الثقة ولكن المدرس أو المدرب أو الخال أو العم هم الذين يستطيعون أن يعيدوا الثقة لابنك أو أنهم يستطيعون تقديم المساعدة بشكل أو بآخر.

ولقد لاحظتُ أن أولادنا من أنجح ما يمكن في حساب التكلفة، فعندما يطلب منه والداه الحصول على ٩٠٪ نجد الولد يقول لن أستطيع فأنا أعرف إمكانياتي وقدراتي وسأحصل على ٧٥٪ وربما تمكنت من حصولي على ٩٠٪ في مادتين فقط وخطوة خطوة سأصل إلى ٩٠٪ في كل المواد.

٢- يجب أن تكتب هذا الهدف

لابد أن تكتب هذا الهدف لأن الأهداف غير المكتوبة مجرد أماني وآمال وطموحات نحلم بها، فالهدف المكتوب يحتوي على عشرة أضعاف من القوة في ثناياه دون أية استثناءات أو اعتراضات، فضع الهدف أمامك بمعالم وخطوات واضحة، لأنك إن لم تحدد لهدفك معالم وخطوات واضحة فاعلم أنك لن تحققه وأن هذا الهدف أصبح أمنية ولن تستطيع أبدًا بأي حال من الأحوال أن تحققه وتذكر دائمًا تلك الجملة: **"لقد أردت دائمًا أن أكون شخصًا ما، لكن كان يجب علي أن أكون أكثر تحديدًا"**.

لهذا لابد أن يكون لكل أب وأم خطة سنوية لتربية الابن لتعزيز ثقته بنفسه، لأن قضية بناء النفوس من جديد إعادة للثقة مرة أخرى.



٣- افعلها وحسب

يجب أن نقرر أن نفعل ما نريد مهما كانت النتائج..

وأذكر هنا طارق بن زياد عندما عبر مضيق جبل طارق ووصل إلى الساحل ووجد الجيوش الجرارة للمقاتلين أمامه، وجد الضعف يظهر على جنوده وكان الهدف الوحيد أنه لابد أن يقاتل وأن يضع احتمالاً واحدًا للجنود إما الانتصار أو الانكسار، لكنه لم يضع احتمالية الانسحاب وبالتالي حرق كل سفنه تمامًا وجعل الأمر الواقع أمام جنوده هو تحقيق الانتصار، واستطاع الجنود فعلاً تحقيق الانتصار..

وبالمناسبة فقد جاء بعد سيدنا طارق بن زياد وحرقه للسفن وفتحه للأندلس شخص اسمه هرناندوا كورتيز وهو قائد أسباني غزا المكسيك وقام بما قام به طارق بن زياد تمامًا حيث كان يواجه جيشًا جرارًا بعدد من الجنود حوالي خمسمائة رجل فحرق سفنه وقال لجنوده: إما أن ننتصر وإما أن ننكسر.

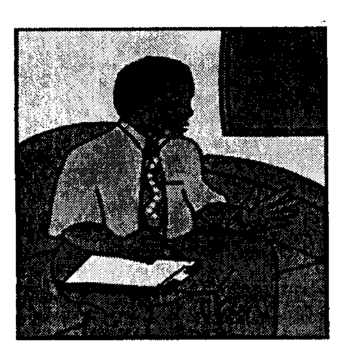
إذن عليك لكي تصل للهدف الذي حددته أن تقوم به وحسب.

الحكماء يقولون: لكل مقام مقال، بمعنى أنه هناك وقت تقول فيه سوف أحاول، وهناك وقت تقول فيه سوف أفعل، وهناك وقت تعطي فيه الأعذار لنفسك ووقت تحرق فيه سفنك مثلما فعل طارق بن زياد..

بالطبع هناك أوقات ربما استطاع الإنسان أن يبذل كل ما في وسعه وهو كل ما يستطيع عمله، ولكنني أعتقد أن هناك أوقاتًا للإنجاز لابد أن أقوم فيها بإنجازاتي، وهذا ما طلبه قائد عسكري عندما قال لنائبه: لو سمحت سلّم هذا الخطاب في مكتب كذا، فقال النائب: سأبذل قصارى جهدي يا سيدي، قال له القائد: لا، لست أريد منك أن تبذل قصارى جهدك أنا أريدك أن تسلّم هذا الخطاب فحسب، فقال النائب: سأسلمه وأموت دون ذلك يا سيدي، قال القائد: إنني لا أريد منك أن تموت وإنما أريد منك فقط أن تسلّم هذا الخطاب، ففهم النائب ما المطلوب منه فقال: سوف أفعل يا سيدي.

ولابد أن نقولها نحن أيضًا "سوف نفعل".

٤- أن تستغل اللحظات الهامة في حياة كل إنسان



لابد أن تستغل مراحل معينة في تحقيق أهدافك مع أولادك، فهناك أوقات معينة حساسة جدًا مثل بداية العام الدراسي الجديد، أو عقبة في طريق ابنك بأي صورة من الصور، أو انتقال الأسرة من مسكن إلى مسكن أو من مدرسة إلى مدرسة، أو المرور بتجربة قد تغير مسار حياة الأسرة ككل أو الابن مثلاً في تعليمه أو في أسلوبه وطريقته، حالة موت، حالة انتصار، أو التخرج، كل هذه أوقات مهمة جدًا لابد أن تستغلها لأنها أوقات حاسمة في حياة ابنك المختلفة.

٥ – الارتباط

وأن أشبّه هذا الارتباط بمن يتسلق الجبال فنجد المتسلقين يربطون بعضهم بحبل واحد، فإذا سقط أحدهم سانده الجميع وجذبوه وحاولوا أن يشجعوه لكي يصل للقمة.

لهذا يجب أن نرتبط نحن جميعًا في سبيل تحقيق هدف واحد وهو أن يصبح أولادنا أفضل.





مشاكل الآباء
مع أبنائهم المراهقين

* إن من أهم المشاكل التي تواجه الآباء خلال مرحلة المراهقة مع أبنائهم **الخوف الزائد على الأبناء من أصدقاء السوء**، وذلك لأن هؤلاء الأصدقاء لديهم الوقت والمساحة لسماع ابنك.

***أيضًا عدم قدرة الأبناء على التمييز ما بين الخطأ والصواب** باعتبارهم قليلي الخبرة في الحياة ومتهورين، إنها إحدى المشاكل التي يعانيها الآباء مع أبنائهم وذلك أن وجهة نظر أي أب عن ابنه أنه مازال صغيرًا لا يفهم الصحيح من الخطأ..

والسؤال هنا: كيف يميز هذا الابن الصحيح من الخطأ دون وجود جسور في التواصل والحوار؟

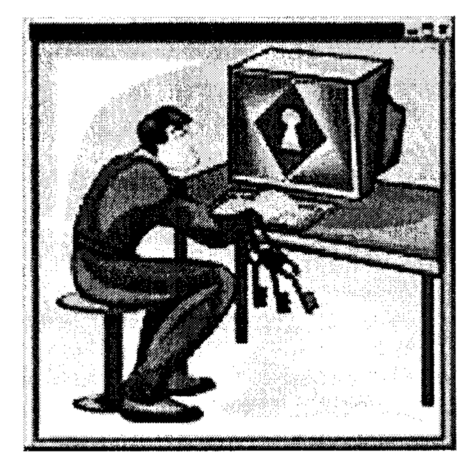
* هناك مشكلة ثالثة يواجهها الآباء في فترة مراهقة أبنائهم وهي أن هؤلاء الأولاد المراهقين **يطالبون بمزيد من الحرية والاستقلال**، وبالتالي لابد من إقامة حوار حتى نضع إطارًا للحرية والاستقلال حتى يقيّم الابن هذه الحرية بمفهوم سليم.

وخلاصة القول أنه للتغلب على هذه المشكلات التي يواجهها الآباء لابد من وجود تواصل وحوار دائم أيًا كان هذا التواصل.



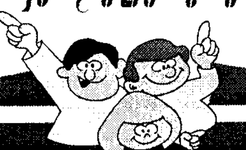
مشاكل المراهقين مع آبائهم

* **الصراع الداخلي في نفسية هذا الابن** وهو صراع ما بين الاستقلال عن الأسرة والاعتماد عليها، صراع ما بين مخلفات الطفولة ومتطلبات الرجولة أو الأنوثة على حسب كون المراهق ذكرًا أو أنثى، صراع ما بين طموحات المراهق الزائد وجهده القليل، صراع ما بين الغرائز الداخلية والتقاليد الاجتماعية، الصراع الديني ما بين ما نتعلمه من شعائر ومبادئ وسلوكيات وبين ما تطمح إليه غريزته.



* **أيضًا يعاني المراهق من الاغتراب والتمرد** الاغتراب لأنه يشعر أنه مختلف وأن والديه لا يستوعبانه، فيمتلكه شعور بالغربة داخل الأسرة مما يؤدي إلى عدم إحساسه بالأمان والاستقرار إلا مع أصدقائه أو مع مدرسه أو أحد أقاربه..

ونتيجة هذا الإحساس بالغربة يتولد لديه قدر من التمرد، فينتج لدى هذا المراهق خجل وانطواء أو سلوك مزعج حقيقي.





إذن يجب على الأباء أن يتفهموا لماذا تصرف إبنهم بهذا التصرف، وهذا التفهم لن يأتي إلا بالانصات والتواصل مع الأبناء..

وهذا التواصل يكون من خلال أربعة أشياء:

إما القراءة

أو الكتابة

أو التحدث

أو الإنصات..

إنك تنصت لابنك وتتعلم كيف تنصت.



التواصل بين الآباء والأبناء

إن الأبناء يقولون عن الآباء: إنهم يعيشون في عالمهم الخاص ويحاولون الانتصار بشتى الطرق، وهذا أيضًا ما يقوله الآباء أيضًا.

على الآباء أن يعطوا أبناءهم فرصة لسماعهم حتى يستطيع الآباء فهم هؤلاء الأبناء، لذا عليك أن تسمع أولاً ثم تفهم.

وأذكر أن ولدًا كان يشتكي من ألم في ركبته فذهب لطبيب العظام، يقول الولد: دخلت على الطبيب وبمجرد بدء كلامي لأعلمه ما هي شكواي إذا بالطبيب يقول لي أنا فاهم كل شيء ومستوعب.. سأكتب لك العلاج الذي يريحك.. قديمًا كنت طبيبًا صغيرًا وكنت أحتاج لسماع الشكاوى أما الآن فقد أصبحت طبيبًا ذا خبرة، يقول الولد فأخذت الدواء ولم يأتِ معي بأي نتيجة.

إن هذا الولد يستحيل أن يذهب لهذا الطبيب مرة أخرى؛ قضية التواصل فُقدت.



إن المشاكل عند الأبناء ستنحل بان يتفهم الآباء ما يمر به الأبناء، وهذا سيكون من خلال حوارات مشتركة بينهم.



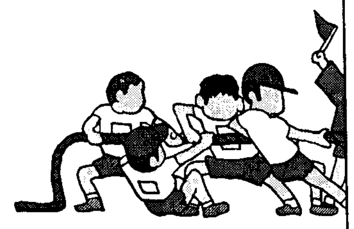
مشكلات التواصل

* قول الآباء إنه لا وقت لدى أبنائهم مطلقًا للتحدث بمعنى أن الابن منشغل دائمًا بالتليفون أو بالجلوس في غرفته أو مشاهدة التلفاز أو استخدامه الإنترنت.

* عدم إنصات الأبناء لآبائهم، يقول أحد الآباء: عندما أتحدث إلى ولدي فإنه يحدق فيّ بنظرات ويكون من الواضح أنه لا يستمع إلى شيء أقوله مطلقًا.

* عدم بوح الأبناء بما لديهم، تقول إحدى الأمهات: إن ابنتي لا تخبرني مطلقًا عندما يضايقها شيء.

لقد ظهر على هذه البنت نوع من أنواع الانفصام، وهذه المشكلة من مشاكل التواصل والتي صُنعت بيد الآباء والأمهات.



إذن لابد من التغلب على هذه المشكلات بإقامة جسور للحوار، ولابد للانتباه لكل ما يدعم إقامة تلك الجسور.



كيفية التغلب على مشكلات عدم التواصل

١ - يجب ألا ينشغل الأب طوال النهار وطول الليل بالشكل الذى نراه في كثير من البيوت، وحتى إذا تواجد الأب فإنه يكون مرهقًا ومهمومًا.

أيضًا الأم المشغولة طوال النهار في هَم الأولاد الصغار والطبخ والتنظيف وترتيب البيت وما إلى ذلك، لابد لهذه الأم أن تخصص وقتًا للجلوس مع أبنائها المراهقين، ولابد أن يكون هناك فرصة للتواصل، ولابد من توفير الوقت للحوار.

٢ - تكلم مع ابنك لمجرد الكلام فلا تقل أبدًا لا يوجد ما أتكلم فيه مع ابني.. أو إن الولد أحيانًا يتهرب مني، تكلم معه وهو يشاهد التلفاز وتناقش معه واسأله عن أحواله، أقم جسرًا لتحسين العلاقات.

٣ - حاول أن تصبح إيجابيًا ومبادرًا، والمبادرة ليس معناها أن تفرض نفسك عليهم وإنما أن تستوعب أبناءك..

تكلم مع ابنك في مشاكلك الخاصة بعملك، وتكلم معه في مشاكلك سواء المادية أو غيرها.. تكلم معه في مشكلة عامة موجودة في الجريدة.. الأم تتكلم مع

ابنتها في مشاكلها مع جيرانها وغير ذلك، كن إيجابيًا وإذا لم يتحدث الابن فتحدث أنت، واجعل ابنك يدرك الضغوط التي تواجهك..

وهناك أولاد كثيرون عندما فهموا أن آباءهم مضغوطين ماديًا ومعنويًا ونفسيًا استطاعوا بعد ذلك أن يفهموا ردود أفعال الآباء في بعض الأوقات.

٤- تكلم كثيرًا، وهو أمر يخالف تكلم لمجرد الكلام، فتكلم كثيرًا بمعنى أن لا تحسب كلامًا أو تحدد له يومًا معينًا أو وقتًا محددًا وإنما تكلم في أي وقت وكل يوم بلا قيود، ويجب أن يتولى الآباء مسئولية هذا الأمر.



٥- التكرار أمر ضروري، كرر طلباتك وليس الأوامر، وأذكر أبًا قال لابنته: نحن نحتاج لأن نصبح صديقين، وبعد حوارات أصبحت تلك البنت التي كانت منغلقة على ذاتها ولديها كم من الصراعات النفسية الداخلية والضغوط سواء كانت أسرية أو في المدرسة أصبحت تلك البنت تحكي لوالدها عن زميلاتها وهذا بتكرار الأب طلبه صداقتها.

٦- اعلم أن السلوكيات لن تتغير أبدًا بالكلام فقط وإنما بتغيرك أنت أيضًا، إذا كنت تنتقد في ابنك العصبية فانظر أولاً لنفسك.

٧- يجب أن تفكر قبل أن تتكلم، فكر في تأثير كلامك على ابنك وفي رد فعله بعد سماعه كلامك.

٨- لا تقل أبدًا: لماذا ابني هكذا؟ بل قل ماذا أستطيع أن أفعل لأصلح من ابني؟ فأن تمد يدك لابنك وهو يغرق خير من أن تقول له لماذا تغرق وقد علمتك السباحة.

مد يدك وانقذ ابنك قبل أن يغرق، وبعد ذلك ابحث من أين تأتي المشكلة..

لقد قلنا إن هناك أربع أدوات للتواصل الإنساني إما أن أتحدث وإما أن أكتب وإما أن أقرأ وإما أن أنصت..

ولعل الإنصات يجعلني أفهم وتكون لديّ القدرة على توجيه الدفة بشكل جيد، فإذا أردت أن يكون حوارك مع ابنك هدامًا فعليك أن تنفذ خمسة أشياء..

وإذا أردت أن تكون بمنصتًا جيداً فعليك بتجنب هذه الخمسة:

١- **الاستماع لابنك وأنت غير منتبه وتفكيرك في شيء آخر**، فلا تكن مشغولاً ذهنيًا وتقول لابنك أنا معك.. أكمل أنا أسمعك.. أكمل، وأنت تحلّق بعيدًا بأفكارك عن موضوع الحوار الذي يرويه ابنك..

إن مسالة الإنصات ليست مجرد أنك موجود جسديًا فقط وإنما تتطلب منك التركيز فيما يقال وإشعار الطرف الآخر بهذا التركيز والاهتمام بما يقول.





٢ - **التظاهر بالإنصات** ، فإذا لم تكن لديك القدرة على سماع ابنك لأنك ترى أن مشكلته تافهة فاعلم أنك من الفشل بمكان، لابد أن أكون متفاعلاً مع ابني في مشاكله، والتظاهر بالإنصات يعد نفاقًا ورياءً.

٣ - **الإنصات الانتقائي** ، بمعنى أن يكون ابنك يتكلم في موضوع ثم تقول أنت جملة في موضوع آخر تمامًا، مثلاً يحكي لك عن شيء فتقول: عليك بالأصدقاء الصالحين، ويجب أن تختار الصديق والجليس الصالح، إن هذا الابن سيصاب بقدر من الإحباط غير العادي لأنه سيدرك أنك لا تنصت له تمامًا.

٤ - **الإنصات إلى الكلمات** لأننا ننصت للمعاني عند أولادنا وليس للكلمات، إياك أبدًا أن يكون اهتمامك للكلمات وإنما اهتم بالمضمون والمشاعر والمعنى.

٥ - **الإنصات المرتكز على الذات** ، بأن تقول لابنك نعم.. أنا أعرف تحديدًا.. أنا عارف بالضبط بماذا تشعر.. أنا مدرك تمامًا هذه المشكلة لأنها صادفتني في صغري واستطعت أن أحلها بكذا وكذا وكذا، الولد يريد من أبيه أن يتفهمه هو ويتفهم مشاكله الخاصة به.

واعلم أنه إذا كانت خبراتك هي مصدر الإنصات سيظهر عليك ثلاثة أخطاء :

* إصدار الأحكام قبل أن يكمل ابنك الكلام فتقول مصدرًا حكمًا: لقد قلت لك إن صاحبك هذا لابد أن تقطع علاقتك معه.

* تقديم النصائح المستفزة دون استيعاب المشكلة.

* الاستجوابات، وتكون هذه الاستجوابات بالصورة الآتية: ماذا فعلت يا حبيبي في المدرسة؟ ماذا فعلت في الامتحان؟ هل ستذهب اليوم إلى النادي مع أصحابك؟

إن الولد يريد أن يكلمك، لكنك حولت الحوار إلى استجواب لكي تنهي الموضوع.





نحو مزيد من التواصل

١ - لابد أن تعرف أن فترة المراهقة عادة ما يقل التواصل أو الحوارات فيها، وستصبح ثقة الطفل في أبويه أقل من ذي قبل، وهذا للإنصاف عملية طبيعية، ولا يجب أن تُجابه برد فعل مبالغ فيه.

٢ - استمع إلى ما يقوله ابنك، وحاول أن تفهم إحساس المراهقة ووجهة نظر الابن، واستمع قبل أن تفكر في الحجج أو الأخذ بالثأر.

٣- توقف عما تقوم بفعله، واستمع إلى ابنك عندما يتكلم وتأكد أنك تعطيه الانتباه المناسب، بمعنى لا تشغل تفكيرك وأنت تتعامل مع مشاكل ابنك.

٤ - تأكد أن معظم تواصلنا إيجابي وليس سلبيًا، ولا تركز على الأخطاء، فلا تجعل حواراتك دائمًا عبارة عن تصحيح للأخطاء.. لا تتكلم في سلبيات باستمرار، وإنما يجب أن تقول ما يعجبك قبل أن تذكر ما لا يعجبك.

٥ - جرب أن تلعب مع ابنك كرة أو تركب معه خيلاً أو تسافر مع أصحاب أولادك، أو أن تصاحب الأم وتتكلم مع صديقات ابنتها، لذا شارك ابنك في اهتماماته لأن هذا يُحدث التواصل بينكما.

٦ - تجنب الكلام كثيرًا أو إعطاء تفاصيل كثيرة أو أنك تكرر ما قلته أو أن توجه الأسئلة باستمرار، بل عليك أن تدع ابنك يتكلم، فالمراهقون في بعض الأوقات يحتاجون أن يعبروا عن ذاتهم بشكل أو بآخر.

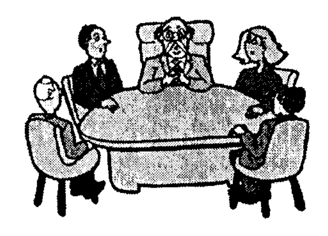
٧ – حاول أن تتفهم إحساس المراهق ولستَ مضطرًا أن تتفق معه أو تعارضه، ولكن اجعله يدرك أنك تشعر به، ولا تحاول أن تسيء فهم مشاعره..

ويجب أن تشارك ابنك إحساسه بمرارة فقده لصديق أو رسوبه في مادة أو انتقاد مدرس له أو أن والدته غير راضية عنه أو غير ذلك.

٨ – لا ترد برد فعل مبالغ فيه على ما يقال، وتذكر أن المراهقين أحيانًا يقولون أشياء مستفزة، فلا تكن ردة فعل، بل استوعب وفكر قبل أن تتكلم..

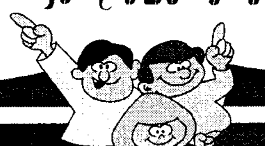
وتذكر ما قاله الرسول صلى الله عليه وسلم للسيدة عائشة أنه يعلم متى تكون عنه راضية ومتى تكون عنه غاضبة، فقالت السيدة عائشة: أخبرني يا رسول الله وهي في منتهى السعادة وتبتسم، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إذا كنت عني راضية قلت: لا ورب محمد، وإذا كنت غاضبة قلت: لا ورب إبراهيم".

لقد استطاع النبي صلى الله عليه وسلم أن يستوعب نفسية من أمامه تمامًا.

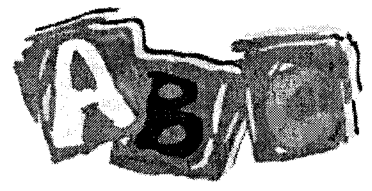


٩ – حاول أن تخلق مواقف يمكن من خلالها أن يحدث تواصل، مثل التحدث في مشكلة في البيت أو في الأسرة أو الذهاب للمسجد أو غير ذلك.

١٠ – حاول أن تتجنب صراعات مراكز القوة، والمباريات الجدلية، أو تحاول أن تثبت أنك أب وأنك المسيطر وأنك أنت الموجه.



إن الدراسات العلمية أبرزت أن هناك ثلاث مشاكل هي الأبرز على الإطلاق حيث يعاني منها الشباب في نطاق الأسرة، بناء على نتائج قياس الأشياء في التوجيه النفسي.



* **المشكلة الأولى:** صعوبة مناقشة المشكلات مع أولياء الأمور، إن الأولاد يقولون إن من العسير أن نناقش مشكلة مع أولياء الأمور.

* **المشكلة الثانية:** صعوبة إخبار أولياء الأمور بما نفعل.

* **المشكلة الثالثة:** وجود تباعد كبير بين أفكار الأبناء وأفكار أولياء الأمور.

فإذا استطاع الوالدان اجتياز تلك المشاكل الثلاث، فإن هذين الوالدين قد استطاعا أن يكسرا الحاجز بينهما وبين أبنائهما.

* * *





أمر عجيب

لقد لفت انتباهي أمر عجيب وهو أن سن المراهقة سن التكليف الذي يحاسب الله فيه العباد، فأصبح المراهق مكلفًا من قِبل رب العالمين بتكاليف بعد أن كان طفلاً في وقت من الأوقات..

ولقد توصلت إلى أن الله أراد أن يوصّل رسالة للمراهق بهذا التكليف وهي أن تصبح هذه المرحلة انفتاحًا على أغلى تجربة في حياة الإنسان وهي الانفتاح على رب العالمين وقوانينه وقواعده، وعلى الإسلام وعلى الدين وعلى التكاليف الدينية..

لقد أراد الإسلام أن يغذي الجانب الإيجابي في مرحلة المراهقة، فحينما يدرك المراهق أنه الآن مكلف، والتكليف جزء منه تشريف، لقد أصبح مسئولاً إذن أصبح كبيرًا وله وضعه مثل الكبار فلم يعد المراهق صغيرًا وإنما مكلف مثل أي إنسان كبير.

لقد احترم الإسلام المراهق واهتم بشخصيته بشكل غير عادي حيث جعله يشترك في كل أنواع العبادات بما فيها الجهاد في سبيل الله، إن طليعة المسلمين في وقت من الأوقات التي آمنت برسول الله صلى الله عليه وسلم كانوا هم الشباب وليس الشيوخ، نُصر هذا الدين بسيدنا سعد بن أبي وقاص وكان عمره ١٧ سنة، وسيدنا علي بن أبي طالب الذي لم يكن يبلغ الحلم بعد، وسيدنا زيد بن حارثة

وكان في سن المراهقة، إن معظم من دخل الإسلام في كثير من الأحيـان كـان في سن المراهقة أو ما بعد ذلك بقليل.





القواعد الذهبية التسع للتعامل مع المراهقين

١ - مناقشة الموضوعات والاختلافات بطريقة إيجابية دون أن تفقد أعصابك..

اعلم أيها الأب وأيتها الأم أنه من الأفضل أن تتفاوض مع ابنك وأن تصل إلى حل وسط يتقبله كل منكما مثلما تتعامل مع الراشدين..

ليس من الطبيعي أن نرفض الديكتاتورية في نطاق العموم في التعاملات الاجتماعية والسياسية وننفذها في بيوتنا، كما أنه يجب أن يفهم الوالدان قول الله تبارك وتعالى: ﴿وَقُل رَّبِّ ٱرۡحَمۡهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرٗا ٢٤﴾ [الإسراء]، أربي جيدًا حتى أحصد ابنًا يرحمني ويترحم علي ويتعامل معي بالحسنى والرفق وبالبر، وهذا لن يحدث إلا بحسن التربية.

٢ - أشعر ابنك أنك تحس بما يشعر به وأنك موجود لتساعده إن احتاج إلى المساعدة، وأنك على استعداد لتقديم تلك المساعدة إذا احتاج إليها.

٣ - لا تتوقع أن تتفق مع ابنك في كل وقت وحاول أن تفهم دوافعه واتركه يختار متى كان ذلك متاحًا، ليتعلم فن الاختيار والاستقلالية، وليتعلم أن يقع ثم يقف من جديد، واعلم أن ابنك عندما يختلف معك فهو أفضل من أن يتفق

معك دائمًا؛ لأنه سيحسن الاختلاف معك بعد ذلك ومع زوجته وأولاده في المستقبل.

وتذكر أن الخلاف في الرأي لا يُفسد للود قضية، وأنني أختلف معك بمعنى أنني أحبك أكثر، وهذا أمر واقعي حيث اختلف الصحابة مع رسول الله صلى الله عليه وسلم ومن ذلك أنهم دفعوه إلى أن يخرج من المدينة للقتال في غزوة أحد.

٤ - حاول اختيار الوقت المناسب للكلام، وكن واضحًا فيما تطلب حدوثه في وضع محدد، وكن متفهمًا في أمور أخرى ولتكن مستمعًا جيدًا.

٥ - إياك والسخرية أو جعل ابنك مادة للضحك عندما يتكلم في قضية من القضايا في وسط مجموعة من الناس، وأذكر للأسف أن أسرة كانت تضحك على ابن لأنه يتكلم بلغة عربية جميلة بدلاً من أن تشجعه على ذلك.

٦ - لا تقلل من حجم أحاسيسه واحترمها، كن حساسًا معه؛ لأن كلمة "أنا" أوقع في الحوار من كلمة "أنت"، مثلاً قل: "أنا أحس بما تقول" بدلاً من أن تقول: "أنت جعلتني أحس".

٧ – علّم ابنك باستمرار أن له مكانة وله قيمة داخل الأسرة؛ لأنه أصبح فردًا عاقلاً بالغًا مكلفًا، وعامله من هذا المنطلق.

٨ – أبناؤك سيُظهرون لك احترامًا لو أنك أظهرت لهم الاحترام، ولا تتوتر لأنهم أصبحوا بالغين.

٩ – علّم أولادك مهارات الحياة، مثل القدرة على التواصل مع الناس.





من مهارات التعامل مع المراهقين

* نعلمهم الإصغاء الجيد، وهذا يتم من خلال الآتي:

- أن تنصت بعينيك وقلبك وجسمك.

- ضع نفسك في موضع الطرف الآخر.

- مارس الانعكاس، وكأنك مرآة تعكس فقط ما تراه لذا عليك أن تنصت بدون آراء وبدون جدل، وبدون إصدار أحكام.

* استخدام المدح والتشجيع وقواعد التدعيم.

* علم ابنك أن يتجاهل من يحتد عليه.

* لا تتعجل اللوم والتأنيب على السلوك وإنما نتكلم ونتناقش ونحل المشكلة.

* اجعل هدفك تغيير سلوك وليس تغيير شخصية.

* تجنب العقاب والقسوة التي يلجأ إليها آباء كثيرون.

* علّم ابنك الصداقة بالخروج معه لمجرد التنزه.



العقاب وضوابطه

إن العقاب وضوابطه شيء لابد منه، ولقد وضع الله تعالى عقابًا للمخطئ ووضع ثوابًا للمحسن، حيث قال الله تبارك وتعالى: "هل جزاء الإحسان إلا الإحسان" (الرحمن: ٥٥).

ولقد أحببت أن أطرح فكرة جديدة في مسألة العقاب وهي أن نرسم للابن خريطة معينة من الواجبات والحقوق، ونترك الابن ليعاقب نفسه.

ولا شك أن هذه الفكرة يعترض عليها الأولاد اعتراضًا شديدًا؛ لأنه أفضل أسلوب تربوي في إصلاح السلوك حيث يقتضي من الابن أن يحفز نفسه ويغير نفسه، والأب والأم متفرجان.

لكن هذا الأسلوب يتطلب أمًا واعية وأبًا واعيًا، يتطلب والدين يتمتعان بالصبر والحنكة والحزم والتفهم واستيعاب القضايا بشكل أو بآخر.

إن الكثير من الآباء يعاقبون بعد حدوث المشكلة والعقاب في هذا التوقيت يُشعر الولد بالظل، ويُظهر كمًا من العند في التعاملات بشكل كبير.

إن مفهوم العقاب ليس الهدف منه العقاب وإنما الهدف منه هو تعديل سلوك معين، لذلك فإن أسلوبنا الجديد في العقاب هو عبارة عن عملية توازن بين تعديل الابن من سلوكه وفي مقابل هذا يحصل على شيء يريده.

مثال: ابحث عما تريد تعديله في ابنك، مثلاً المذاكرة، ثم ابحث عن أحب الأشياء إلى نفس ابنك وليكن الخروج مع أصحابه وابدأ بفعل الموازنة..

لو ذاكرت ستخرج مع أصحابك، عادةً الأولاد يقولون في البداية لا أريد الخروج وبالتالي يصبح الابن هو من طبّق العقاب على نفسه، ولكن بعد ممارسة هذا الأسلوب لفترة يستجيب الأولاد ويبدؤون في فعل ما يطلبه الوالدان.

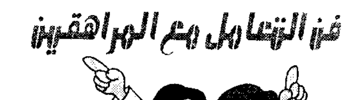
لابد أن يتعلم الابن أن الدنيا أخذ وعطاء، إن أحسنت دخلت الجنة، لابد أن يعلم الأبناء أن كل شيء له مقابل، وللأسف بدأ الأولاد يتربون تربية غير سوية، إن كل شيء مستباح لذلك فقدت الأشياء قيمتها عند الأولاد.

إن العقاب كما ذكرنا ليس الهدف منه أبدًا أن أحدِث ألمًا في نفس ابني، وإنما الهدف منه تعديل سلوك معين، وبالتالي لابد أن يكون للعقاب ضوابط واضحة المعالم لكي تصبح مسألة العقاب بلا إفراط ولا تفريط.

ولابد أن يعلم كل من يمارس العقاب البدني على ابنه أنه سيؤدي للآتي:

* إنك الآن تعاقب ولدًا حجمه البدني صغير، وسيأتي اليوم الذي يكبر فيه هذا الولد ويصبح حجمه البدني يسمح له بصد هذا الضرب وربما بدفع هذا الضرب ثم بمد يده هو الآخر.

* ربما زاد العقاب البدني من حدة الغضب والعناد والتمرد أكثر، وهنا أصبح عقابك يزيد المشكلة أكثر.

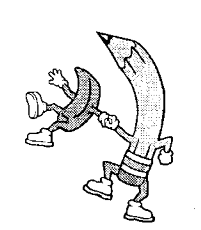


* إن العقاب البدني سيؤدي إلى زيادة الابتعاد العاطفي بين الأب والابن؛ لذا احرص أن علاقتك بابنك لا يكون لها علاقة بالعقوبة، لأن الابتعاد العاطفي ربما حدث نتيجة للعقاب.

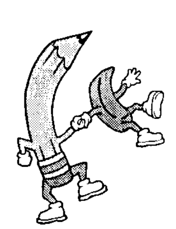
* إن كثرة العقاب تُظهر سلوكيات الهروب بمعنى أنه ربما فعل الأولاد المشاكل والمصائب، والوالدان لا يعلمان شيئًا وفي النهاية يحدث الانفجار.

* إن ابنك سيتصرف مثلك في بعض الأحيان، فإذا كنت تُستفز بألفاظ معينة أو أسلوب معين فإن ابنك سيفعل مثلك.





التربية
الجنسية



التربية الجنسية للأطفال

إن الآباء الذين يصيبهم الارتباك من أسئلة أولادهم إما أنهم تعلموا الأمور الجنسية عن طريق المصادفة أو لم يتلقوا التربية الجنسية أصلاً.

هل يسألك طفلك أسئلة محرجة تشعرك بالارتباك؟

للأسف تربيتنا ومجتمعنا يمنعانا من التكلم بموضوع الجنس.. لكن ما هي نتائج ذلك على أطفالنا؟

إن تهربكم من الأسئلة المحرجة سيجعل أولادكم يتجهون للمجلات والأقران وربما الخدم لإيجاد الإجابات.. والأطفال لديهم ميل فطري للمعرفة لذا عليكم أيها الآباء عدم الهروب من هذه الأسئلة بل على العكس لنستغل الفرصة فإذا سأل الابن لنشرح له لأنه سيكون متقبلاً لما سيقوله الآباء وسيستوعبونه.

الأسئلة التي يطرحها الأبناء في كل مرحلة:

من عمر ٣ إلى ٦ سنوات:

سيستفسر الابن عن كيفية الولادة والحمل، والفرق بين الذكر والأنثى، وكيفية تكون الجنين داخل الرحم.. وللإجابة على هذه الأسئلة نخبره أن هناك

جزءًا معينًا من الأب يعطيه للأم، والله تعالى يضع فيه الروح ويكبر، والله يعلّم الأب كيف يعطي هذا الجزء..

أما خروج الجنين فهناك فتحة أسفل بطن الأم يخرج منها الجنين.

من عمر ٧ سنوات حتى المراهقة:

الفتاة: عليك التوضيح لابنتك أن الله أعطاها هذا الجسد لتحافظ عليه، ولا أحد غريب يجب أن يلمسه. وفي عمر التسع سنوات عليك أيتها الأم التوضيح لها أن التغيرات التي ستحدث لجسمها عند البلوغ حتى لا تنصدم وكذلك (الفتى مع أبيه).

لذا عليك أن تخبريها عن الحيض بطريقة إيجابية أي أنها ستدخل عالم الكبار، وعليها أن تشعر بالفخر، وابتعدي عن السلبية كإخبارها أنه هم ودونية. وعلميها كيفية الاغتسال والطهارة وأمور الصلاة والصيام ومسك المصحف.. فكم من فتيات لم يتحدثن مع أمهاتهن عن هذه الأمور تعذبن عندما جاءهن الحيض فاعتقدن أنه مرض أو نزيف.



الفتى: أما بالنسبة لولدك فعليك أيها الأب إخباره عن السائل المنوي وأنه قد يقذف في نومه وهو شيء طبيعي يدل على الرجولة، وأيضًا نحدثه عن أمور الطهارة والغسل.. وقد يصبح لديه ميل للجنس الناعم فنوضح له أن الله وضع لنا الزواج إطارًا للعلاقة بين الجنسين.



هل للأب دور في التربية الجنسية؟

إن للأب والأم دورًا في التربية الجنسية.. لكن للأسف فإن الأب في مجتمعاتنا بعيد عن التربية وهذا خطأ.. كما يفضل أن يتكلم هو مع ابنه عن الأمور الجنسية والأم مع ابنتها..

الأمور التي يجب أخذها بعين الاعتبار:

- عدم التهرب من الأسئلة لأن ذلك سيدفعهم ليفتشوا عنها في المجلات والأقران والتلفاز والإنترنت، وللأسف هذه الوسائل تصور الجنس بصورة دنيئة وعدوانية.
- عليكم إعطاءهم المعلومات على دفعات وليس مرة واحدة، مرة عن طريق كتاب وأخرى عن طريق شريط وهكذا.
- الإسلام ينظر لغريزة الجنس كغيرها من الغرائز وهو ليس موضوعًا محرمًا في الإسلام.
- عدم كشف الوالدين جسديهما.. وستر ما يمكن ستره. فعلى الأبوين اتخاذ الحيطة والحذر من استيقاظ الابن بالليل فجأة.

- عليكم مراقبة لعب أولادكم مع بعضهم وخاصة في خلواتهم.
- الابتعاد عن جعل الأولاد ينامون مع بعض تحت غطاء واحد لأمر الرسول صلى الله عليه وسلم بالتفريق في المضاجع. في النهاية عليكم الإجابة عن الأسئلة دون عصبية، فلا تعتقدوا أن كثرة الأسئلة نتيجة لشذوذ أو قلة أدب وإنما للمعرفة.
- استغلوا الفرصة بما أن أولادكم يلجأون إليكم ولا تتركوهم لغيركم لاستقاء المعلومات.

وهناك كلمة مهمة للآباء والأمهات الذين يتحفظون أمام أولادهم في إظهار العواطف والمشاعر الإنسانية فطبيعي أن يستشعر الأبناء دفء المشاعر بين الوالدين من خلال الكلمات التي يتبادلها الوالدان دون خجل ولا مانع من جلوس الوالدين بجوار بعضهما، وضم الأب للأم بحنو أو تقبيلها هذا له أثره حيث يتعلم الأبناء فضل دفء العلاقة الزوجية والدفء العائلي والانتماء.

* * *



خطوات عملية التثقيف الجنسي للأطفال

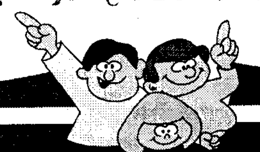
لعل تحفظ الآباء عن الخوص فيما يُسمى بالثقافة الجنسية مع أبنائهم نابع من نوع التربية التي تلقاها الآباء أنفسهم، هذه التربية التي تعتبر السؤال والبحث في هذا الموضوع شيئًا محظورًا وخارجًا عن إطار التربية السليمة، إلا أن تغيرات العصر ومتطلبات الواقع أصبحت تفرض تغيير هذا الأسلوب مع أبنائنا، والتحدث معهم حول المواضيع التي تفرضها عليهم المراحل العمرية خاصة موضوع الجنس.

تحديد المفهوم:

قبل الخوض في "كيف ننمي ثقافة أبنائنا الجنسية" لا بأس من تحديد الفرق بين مفهوم الإعلام الجنسي والثقافة الجنسية، فالأول يتحدد في اكتساب الشخص لمعلومات عن مسألة الجنس، أما الثاني فهو الإطار الأخلاقي الذي يحيط بالموضوع نفسه، والذي يؤثر في التكوين الشخصي للفرد في حياته الجنسية.

مراحل التثقيف الجنسي:

لابد للوالدين من الانتباه إلى مسألتين أساسيتين ألا وهما: احترام الفئات العمرية، والثانية الاستمرارية في التثفيف الجنسي.



فالأولى تبدأ منذ سن الثالثة، إلا أن هذه السن لا تخوّل للابن التساؤل أكثر من معرفة الأجهزة التناسلية والفوارق الجنسية بين الذكر والأنثى، ليتطور إلى التساؤل عن الخلق والولادة في سن السادسة، وقد تستمر في التطور إلى أن يصل إلى سن المراهقة التي تستدعي من الأبناء معرفة شاملة ومفصلة عن الممارسة الجنسية ووظائف الأجهزة التناسلية – بل وكافة أعضاء الجسم – في هذه الممارسة.

ومن الأسئلة التي قد يطرحها الطفل في هذه المرحلة هي كيفية الإنجاب ومكانه ومصدر الولد.

ومن الأخطاء التي يرتكبها الآباء هي التخلص من الأسئلة إما بالتملص من الجواب أو الكذب أحيانًا بدعوى أن السؤال محرج والجواب محظور، إلا أن أغلب الآراء للمتخصصين في التربية يؤكدون على ضرورة الإجابة الصادقة والصريحة دون الخوض في التفصيل والتدقيق لكون السن لا يسعفه لفهمها.

هذا ما يؤكده الدكتور كمال الرضاوي حيث اعتبر أن الحديث بالتفصيل عن المسائل الجنسية يجب أن يؤجَّل إلى المرحلة التي تسبق مرحلة البلوغ والمراهقة، لأنه في هذه المرحلة يصبح باستطاعة الطفل إدراك المعلومات، وهي فترة مهمة لتأهيله لمرحلة البلوغ.

أما الأسئلة التي تُطرح في السن الحرجة فهي تتعلق بمكان الممارسة الحميمة لدى الفتاة، وكيفية فض غشاء البكارة، وقد تتطور بمرور السن إلى أن تصل إلى كيفية إشباع الرغبة الجنسية، وهنا يجب على الآباء استغلال هذه الفترة في ترسيخ

الموقف الشرعي في أذهان الأبناء حول تقصي الحلال والحرام في جميع مناحي الحياة خاصة المسائل الجنسية كالاستشهاد بقول الرسول صلى الله عليه وسلم: "وفي بضع أحدكم صدقة!

قالوا: يا رسول الله أياتي أحدنا شهوته ويكون له فيها أجر؟ قال: أرأيتم لو وضعها في حرام أكان عليه وزر؟ قالوا: بلى، قال: فكذلك إذا وضعها في الحلال كان له فيها أجر" (رواه مسلم).

إن الإنسان قد يفشل في كثير من الأحيان في حياته الجنسية، لأنه لا يتطرق إليها بنوع من الراحة والاطمئنان والمعرفة، بل إنه يكتشف ذلك العالم بشكل صدامي، مليء بالمغالطات، وكذلك الأمر بالنسبة للفتاة التي يتملكها الخوف من ممارسة علاقتها الحميمة عند الزواج، لأن المعلومات التي تلقتها عن الجنس خاطئة، فمثلاً تربى الفتاة على أن أول لقاء جنسي – فض الغشاء – يتسبب في آلام كبيرة، مما يجعل مجموعة من الفتيات لا ينجحن في علاقتهن الحميمة مع أزواجهن عند أول لقاء.

وكما جاء في الأثر: "لاعبوهم سبعًا وأدبوهم سبعًا وصاحبوهم سبعًا".



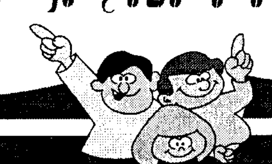
انتبه..

يجب على الآباء الانتباه إلى عدة أمور أثناء عملية التثقيف الجنسي:

- الصدق في الجواب على الأسئلة التي يطرحها الأبناء كما أشرنا مسبقًا.
- عدم التحرج من الحوار حول موضوع الجنس مع الأبناء مع ضرورة احترام الفئات العمرية والتحاور معهم بطريقة مبسطة تمكنهم من الفهم دون الخوض في التفاصيل خلال السنوات الأولى.

وهذا الطرح هو ما تبنته الاختصاصية الألمانية "مارلين ليست" حينما قالت: "إن استعدادنا للحديث عن الجنس مع أبنائنا أكثر فائدة من أوضح الكتب المصورة عن الأعضاء التناسلية"، فاستعدادنا للتعامل مع هذا الفضول - نحن الآباء والأمهات - واجب أساسي وليس هامشيًا، ولا بديل عنه في هذا الأمر، لأنه يحدد موقف الابن/ الابنة مع الجنس، وبالتالي يحكم على حياته الجنسية المستقبلية بالنجاح أو الفشل.

- ربط الموضوع دائمًا بالتشريع الإسلامي ليعتادوا على البحث عن موقف الشرع في كل ما يتعلق بحياتهم، وكل ما قد يصادفهم من مشاكل ومسائل.
- تُكلف الأم بالفتاة والأب بالفتى لقرب النوع والجنس، لأن الأب هو الأعلم بالابن من الأم، وكذلك الشأن بالنسبة للفتاة فالأم أعلم بابنتها من الأب.
- إذا كان الأب لا يجيد الحوار في المسائل الخاصة فالأولى توجيه ابنه إلى من يتقن ذلك شريطة أن يكون محل ثقة، وكذلك الحال بالنسبة للأم.
- عدم إعطاء الجواب قبل السؤال خاصة في السنوات الأولى، أما بعد سن الثامنة فلا بأس من تنبيه الأبناء ببعض المسائل مثل الحيض عند البنت،



والمني عند الولد، مع شرح أن هذه علامات البلوغ وظهورها شيء طبيعي حتى لا يفاجأ الأبناء بذلك.

- إذا لوحظ تحرج الأبناء من الخوض في مثل هذه الحوارات مع الآباء فلا بأس من خلق الآباء لمواقف تمكّن الطرفين من الحديث في الثقافة الجنسية بكل صراحة وبمفاهيم معقولة أي عن طريق اختيار المصطلحات العلمية والشرعية.
- لابد من معرفة أن الآباء إذا لم يتولوا بأنفسهم الإجابة عن أسئلة أبنائهم فالإعلام المتمثل في التلفزة والإنترنت وغيرهما إضافة إلى أقرانه في الشارع كفيل بالإجابة عن أسئلتهم.

والخطير في الأمر أن جلها تكون خاطئة أو غير خاضعة لرقابة المختصين مما يولد للطفل نوعًا من الشرود عن الطريق الصائب، أو تقوم على الإثارة أكثر من التعليم والتثقيف ومن هنا تكمن الخطورة.



إن الميل العاطفي أمر طبيعي ولكن عليه الا يتعدى حدود القلب والعقل فلا فعل ولا قول.

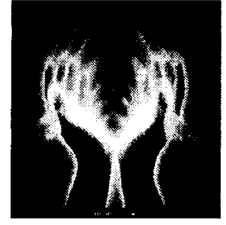


وتبدو أهمية الحديث تتفتح وتشير إلى مكمن الخطورة من خلال الانفتاح على المعلومات غير الدقيقة أو غير المباحة فيحدث بين الجنسين ما لا يحمد عقباه، وقد انتشر هذا الأمر بشكل ملحوظ وصارت الشكوى منه لافتة للنظر.



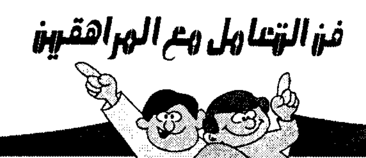
- ترشيد وتوجيه عواطف الأبناء، وتعريفهم أن انجذاب أحد الجنسين للآخر شيء طبيعي إلا أنه يحدد بحدود الشرع فالله لا يضيع أجر الصابرين.
- احترام الآداب التي حددها الشرع مهما تبدو لك هينة فواضعها أعلم بجدواها، مثال التفريق في المضاجع..

عن عمرو بن شعيب عن أبيه عن جده رضي الله عنهم قال: قال صلى الله عليه وسلم: "مروا أولادكم بالصلاة وهم أبناء سبع، واضربوهم عليها وهم أبناء عشر، وفرقوا بينهم في المضاجع" (رواه أحمد وأبو داود بإسناد حسن).



- الدعاء لأبنائنا بالتوفيق والثبات على دين الله فهو العاصم المانع من الزلل.

* * *





أسئلة الأطفال المحرجة من يجيب عليها؟

"كيف أتيت إلى هذه الدنيا؟"..

سؤال بريء يطرحه كل طفل يحاول أن يكتشف الحياة حوله باحثًا عن لغز ولادته، ومسببًا في أكثر الأحيان حرجًا كبيرًا لمعظم الأهل ومُحَرْمًا ممنوع المساس به لآخرين.

"لماذا تنامين مع بابا في غرفة واحدة؟"

تصف أم حالتها المتوترة حين سئلت هذا السؤال فتقول: لا أستطيع أن أصف شعوري عندما سألتني ابنتي هذا السؤال الصاعق الذي طالما خشيته، تمنيت لو أن الأرض ابتلعتني ولم أقف أمامها هكذا عاجزة ومرتبكة، وتتابع: طبعًا ما كان مني إلا أن وبختها بشدة كي لا تعيد الكرة.

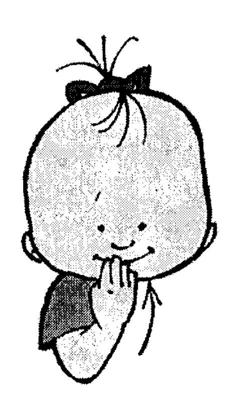
وتستنكر أم أخرى ردود الأفعال العصبية والمتوترة تجاه هذا الموضوع، وتفخر بأنها لم ترتبك أبدًا بل أخذت الأمر بمنتهى البساطة كما لو أنه نكتة، وسارعت إلى تسخيف السؤال دون الإجابة عليه ليضحك الجميع على الابن.

ومثلما تلجأ الفتيات عندما يردن الاستفسار عن الأمور الجنسية لأمهاتهن، كذلك جرت العادة أن يتوجه الصبيان إلى آبائهم..

"لا أنفي أنني شعرت بـالحرج" يعبر أحـد الآبـاء عـن مـشكلته مـع ابنـه متسائلًا: ماذا أقول له وكيف أشرح الموضوع؟ ابني لا يزال في الثالثة عشرة مـن العمر، أعتقد بأنه صغير جدًا ليدرك كل تلك الأمور.

"تلك الأمور" "ذاك السؤال" "هذا الموضوع" عبارات يـستخدمها معظـم الأهل للإشارة إلى "الحياة الجنسية" بحذر وخجل شـديدين راكمهـما مـوروث أخلاقي وتقاليد اجتماعية جعلت من أمور الجنس "تابوهًا" أو أمـرًا محرمًـا عـلى الجميع التحدث عنه.

وإذا تشجع بعض الأهـل وبـادروا إلى التعبـير عـن رأيهـم في "الموضـوع" جاءت ردود أفعال الأطفال الصغار مختلفـة بعـض الـشيء إذ لم ينطـق بعـضهم بحرف واحد، وآثروا التعبـير عـن دهـشتهم بالـصمت، بيـنما ضـحك آخـرون متلذذين بالاستماع إلى أحد الأسرار التي طال انتظارهم لكشفها.



وفي المدرسة، تبدو الأمور مماثلة لما هـي عليـه داخـل الأسرة، إذ رفض معظم المدرسين التحدث عن مثل "هـذا الموضوع" وهم يسارعون لاتهام أي تلميذ يتجـرأ ويطـرح هذا النوع من الأسئلة بالوقاحـة وقلـة الأدب، بيـنما كـان السبيل الأفـضل عنـد معلمـين آخـرين لتجـاوز المـشكلة إهمالها وتجنب مناقـشتها، مـع أن نـسبة تعـرض الأسـاتذة للسؤال المحرج هي أقل بكثير من الأسرة، فأجواء المدرسة تثير مزيدًا من الرهبة لدى الطلاب، وتفرض انضباطًا والتزامًا بالقوانين والقواعد الأخلاقية السائدة.



المعلم البديل

بدت الأمور بالنسبة إلى الأطفال الأكبر سنًا في المدارس الثانوية، غير المختلطة طبعًا، أوضح وأكثر جرأة، وبدا الأطفال اليافعون أقدر على التعبير، بعدما شكلت القنوات الفضائية والإنترنت والمجلات الاجتماعية معلمًا ممتازًا بديلًا عن الأسرة وحتى المدرسة.

"طبعًا أعلم كل شيء" أجاب مراهق في الخامسة عشرة من العمر بثقة، وأضاف ضاحكًا: "أسخر من نفسي عندما أتذكر إلحاحي بالسؤال على أهلي، لقد كنت صغيرًا وأبله". واستطرد زميله: "الحمد لله أنني عرفت هذه الأمور من زملائي في الصف قبل أن أتورط وأسأل أبي".

أما طالبة في مدرسة ثانوية للبنات، فتقول: "استفسرت عن الأمر من أمي، لكنني اكتشفت الآن أنها لم تقل لي سوى ربع الحقيقة". وتتابع زميلتها ساخرة: "هل كنت تتصورين أنها سوف تخبرك بكل شيء؟".

إذن فإن "هذه الأمور" تفلت من يد الأسرة أولًا والمدرسة ثانيًا لتصبح ملك خيال الأطفال وحدهم، وما تعرضه وسائط تكنولوجيا القرن الواحد والعشرين من صور وحكايات، لتصير مع الأيام موضوعًا "سريًا" يتداوله الصغار فيما بينهم بهمس وتذاكٍ، محررين أذهانهم من أي قيد ومتوهمين أنهم

وصلوا إلى حل هذا اللغز السحري، لكن بصور ربما يشوهونها أو يجملونها على هواهم وعلى قدر ثقافتهم الضئيلة.

"لا أفهم هذا الاهتمام" تعبر عن استغرابها وهي التي ترعرعت مع والديها في إحدى الدول الغربية، ثم عادت إلى البلاد وهي الآن تكمل دراستها الثانوية.

وتسأل: "لماذا حتى الآن يشغل هذا الموضوع حيزًا كبيرًا من تفكير زميلاتي وأحاديثهن؟".

يمر معظم الأطفال بمرحلة الأسئلة الفضولية التي لا تنتهي، وهذا مؤشر طبيعي على النمو السليم لعقولهم، ولكن بعض الآباء والأمهات يتخوفون من أن ينطق أحد أولادهم بالسؤال الأكثر إحراجًا: ما هو الجنس؟ أو ببساطة: من أين يأتي الأطفال؟

وقد تأتي هذه الأسئلة المحرجة أسرع مما تتوقع، وأحيانًا في الأوقات غير المناسبة، ولكن يجب أن نتذكر دائمًا بأن الطفل عندما يسأل عن الجنس فهو ببساطة يحاول أن يفهم العالم من حوله، ومن حقه أن يتعلم الحقيقة.

ولأن مناقشة الحقائق العلمية حول الجنس مع الابن في هذه المرحلة العمرية الصغيرة ستساعده على بدء نقاشات مفتوحة حول الجنس، والقضايا الصعبة الأخرى المتعلقة به، يقول الدكتور اتكينز، طبيب مشارك في كلية دار تموث، قسم السلامة النفسية للأطفال: "من أجل أن يحظى الطفل بسلامة نفسية يجب أن يفهم حقائق جسمه وكافة وظائفه المدهشة، ويفضل أن تكون بطريقة لطيفة".

ويتضح بالبدء بالحديث عن الجنس مع الطفل في أي مرحلة عمرية يكون فيها الطفل مستعدًا وتواقًا لمعرفة هذه الأمور، ويكون ذلك على الأغلب في سن ثلاث سنوات. أما المؤشر فيكون غالبًا استفسار الطفل عن هذه الأمور والتي قد تبدأ بسؤاله: لماذا أنا مختلف عن شقيقتي؟ أو لماذا لا تملك شقيقتي عضوًا ذكريًا؟

*** وإليك هذه النصائح للإجابة على أكثر الأسئلة الفضولية التي يطرحها الأطفال غالبًا:**

✎ إذا استفسر الطفل عن أعضائه التناسلية، وينصح الأهل باستخدام الأسماء العلمية للأعضاء مثل القضيب، والمهبل، والشرج، والفرج، والابتعاد عن الأسماء الدارجة للأعضاء التي يستعملها البعض للشتم.

ويمكن استخدام أحد الكتب التعليمية التي تحتوي على شرح الأعضاء، وبهذا يأخذ الموضوع منحى طبيًا ثقافيًا حتى لا يشعر الأهل بعدم الراحة أو الإحراج.

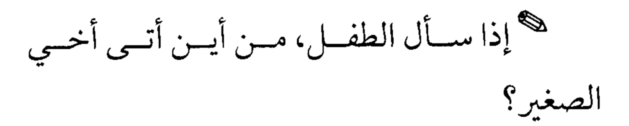
✎ وإذا استفسر الطفل عن كلمة سمعها أو قرأها فيها دلالة جنسية، فيجب على الأهل أن يصححوا معلومات الطفل بألا يستخدم تلك الألفاظ، وإخبار الطفل بأنها ألفاظ سيئة، وبأن الطفل المؤدب لا ينطق مثل هذه الكلمات.

✎ وإذا أراد الطفل الحديث عن موضوع الجنس في الأماكن العامة، أو المدرسة، فيجب على الأهل أن يخبروا الطفل بأن هناك أماكن للتحدث عن هذا النوع من المواضيع، والمدرسة ليست من هذه الأماكن.

حفزوا الطفل على الإجابة عن هذا السؤال، بسؤاله، "أين نتحدث عن أجسامنا؟" واتركوه ليجيب: في البيت وفي مكتب الطبيب، ومع من نتحدث عن هذه المواضيع؟ مع ماما وبابا. وهكذا.

إذا قام الطفل بلمس أعضائه التناسلية، فينصح الأهل بأن لا يخيفوا الطفل أو ينهروه بطريقة حاسمة، فالطفل ببساطة يتعرف على جسمه، وقد يكون متضايقًا من الحفاض أو ببساطة يشعر بالراحة للمس جزء من جسمه أو قد يكون مصابًا بطفح جلدي.

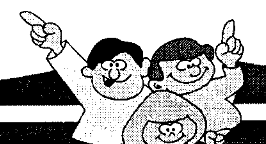
إن إهمال الاستجابة للطفل قد يفاقم المشكلة، ويمكن أن ننبه أطفالنا إلا أنه من غير اللائق أن يلمسوا أعضاءهم التناسلية في الأماكن العامة، بل إن هناك أماكن خاصة لذلك مثل الحمام. والأطفال يركزون بشدة وسوف ينتبهون بشأن هذه الملاحظات.



إذا سأل الطفل، من أين أتى أخي الصغير؟

يجب على الأهل أن يجيبوا الطفل حسب مستواه العقلي، مثلًا ماما أنجبت أخاك مثلما أنجبتك، فلا يحتاج الطفل أن يعرف الطريقة الطبية بتفاصيلها فقد لا يفهمها.

كما يجب ألا نضحك عليه أو نستهزئ بسؤاله بأن نسأله سؤالاً آخر فربما يكون قصد الطفل هل جاء أخي من المستشفى؟ هل قامت أمي بشرائه من



المتجر؟ وهكذا فالطفل لا يعي حقيقة أنه كان مكان هذا الطفل، بل هو موجود وهذا الطفل جاء من مكان ما.

✎ إذا سأل الطفل، كيف دخل الطفل إلى بطن ماما؟ وهل أكلته؟

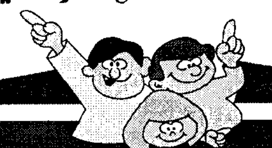
يجب على الأهل أن يوضحوا بأن الأطفال لا يؤكلون بل إنهم هبة من الله تُحفظ في مكان مناسب قرب المعدة في بطن الأم، حتى يبقى بعيدًا عن الخطر وحتى تعتني الأم به، كما تعتني بك، وتحتضنك، وبأنه سوف يخرج يوم عيد ميلاده ليلعب معه ويحدثه.

لا تترك الطفل مشوشًا، فقد يؤثر هذا على تركيب أفكاره العام، فيعتقد بأن أكل الناس أمر طبيعي على سبيل المثال.

✎ وإذا قام الطفل بسرد معلومات الجنس للأطفال الآخرين في المدرسة أو المعلم، فيجب على الأهل أن يخبروا الطفل بأن هذه المعلومات خاصة بالعائلة ويجب ألا يشرك أحدًا بها.

✎ وإذا قام الطفل بإظهار سلوك ودي جدًا في المدرسة أو مع أطفال من عمره فيجب أن يدرك الأهل أن الأطفال عاطفيون بطبيعتهم وهم لا يعرفون كيف يتحكمون بمشاعرهم تجاه الأشخاص الذين يحبونهم، ولهذا يجب أن تلفت انتباههم إلى أن الأطفال الآخرين قد لا يكونون مرتاحين إذا قاموا بتقبيلهم بشكل مستمر.

كما يمكن للأهل أن يحددوا الأشخاص الذين يجب على الطفل أن يقبلهم وبالتالي يتم توجيه الطفل عاطفيًا.



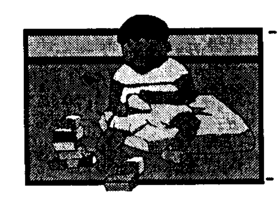
بالإضافة إلى ذلك يجب أن نعلّم الأطفال بأن كشف عوراتهم للناس أمر سيئ وغير مستحب، وبأن الناس يحبون الأطفال المرتبين في ملابسهم. وأن التعامل مع الطفل يجب ألا يكون أمرًا محرجًا للأهل، لأن الطفل لا يعلم ما هو المحرج في الأمر، فهو يريد إجابة لسؤاله فقط.

وينصح الأهل بالتحدث ومبكرًا مع أطفالهم حول هذه المواضيع، قبل ذهابهم إلى المدرسة حتى لا يتعرضوا إلى التحرش الجنسي، أو حتى لا يستغل طيبتهم شخص مريض نفسيًا ويسبب لهم الأذى.

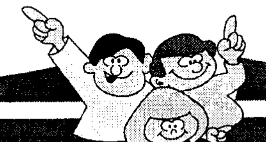
كما أنه من المهم أن يكون الأهل المرجع الوحيد للطفل حول هذه الأمور، ويجب أن يبني الأهل ثقة متبادلة مع الطفل حتى يستطيعوا السيطرة على جميع أسئلته فيما بعد.

كثيرًا ما تتفاجأ الأم بأسئلة طفلها الكثيرة والمحرجة حول أمور جنسية ويطلب إجابة عنها باستفاضة وتفصيل.. إنه فضول الأطفال.

وينصح ألا تنهر الأم الطفل، ولا تتجاهل أو تتهرب من أسئلته، بل عليها التعامل مع طفلها، أو تحاول بطريقة تناسب عمره، بأن تقرأ له رواية على شكل "حكاية أو حدوتة" تجيبه من خلالها، لأن هذه الأسئلة الفضولية للطفل دليل على ذكائه وحبه للاستطلاع والمعرفة.



فالطفل يبدأ في التساؤل عادة منذ ٣ سنوات إلى أن يبلغ ٩ سنوات



ولا يستطيع استيعاب المفاهيم الروحية كالحق والعدالة، ولا يفهم إلا المفاهيم العينية التي أمامه كالشارع والحيوانات، لذلك يهتم تحديدًا بالدين والجنس لأن الناس فضوليون إلى معرفة هذين الأمرين خاصة لأنها فطرة البشر.



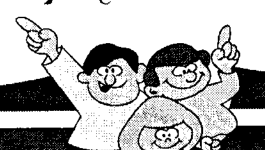
ويجب عدم الزجر من عالم الكبار خصوصًا أن المجتمع تغير وأصبح منفتحًا بشدة، وما لم يتعلمه الابن من الآباء سيتعلمه من المدرسة أو الشارع أو الكمبيوتر والإنترنت.

وإذا حدث كبت لأحاسيس الأطفال، ووضع حجاب على عيونهم وآذانهم فإن النتائج ستكون عكسية وسلبية، وهذا ما يؤكده أساتذة المناهج التربوية.

والتجاهل وعدم الرد لا يعني أن الطفل سيتوقف عن إظهار التململ، بل فقط إنه سيبدأ هنا البحث عن إجابة والبحث عنها خارج البيت لأن سلطة الأبوين ستتزعزع تدريجيًا وتحل محلها سلطة الأصدقاء أو الرفاق.

لكن ليس معنى ذلك أن تخرج الإجابة عن إطارها، فليس كل سؤال له إجابة كاملة، هناك إجابات قد لا تتناسب مع سن الطفل الصغيرة، ويجب أن تأخذ شكلًا بسيطًا لكن هادفًا حتى تتبلور شخصيته وأفكاره.

* * *



آراء مختلفة حول تثقيف الطفل جنسيًا وتدريس التربية الجنسية في المدارس

لقد تباينت الآراء بشأن تدريس الثقافة الجنسية في المدارس بين مؤيد ومعارض ومتحفظ، وكان لكل من هؤلاء رأيه..

تقول د: **نادية يوسف كمال** - أستاذ أصول التربية بكلية البنات: قبل مناقشة فكرة معينة في المنهج، لابد من تحديد الأهداف، بحيث نعرف ما نريد أن يكسبه الطلاب من قيم واتجاهات، ومهارات.

وفي مجال تدريس التربية الجنسية من المهم أن يقدم الموضوع بصورة علمية، وبأسلوب غير مثير، بحيث يتعرف التلاميذ على الحقائق الحياتية بلا حساسيات.. وأن تكون مناسبة لكل مرحلة عمرية أو دراسية، وأن توظف في المقررات الدراسية المناسبة كالأحياء والمواد الاجتماعية والعلوم والدين واللغة العربية، ومن الضرورة بمكان إدخال موضوع التعرف على الصحة الإنجابية أو المحافظة عليها، وهذا يبدأ من مرحلة ما قبل الزواج أي من مرحلة الثانوية، بحيث نعلم الطالب والطالبة كيف يتعرفان على الأمراض المختلفة والتي يمكن علاجها قبل الزواج من أجل إنجاب أطفال أصحاء.

وباختصار فإن إعطاء معلومات عن الحياة العامة أو الجنس لأولادنا في المدارس شيء مفيد، ولكن يجب أن يكون في الصورة المناسبة والتي لا تخرج عن

قيمنا الدينية والأخلاقية حتى لا تكون مثيرة للنشء والشباب وتأتي بآثار عكسية قد لا يحمد عقباها.

لا توجد مشكلة

وتقول د: **نادية جمال الدين** - مدير المركز القومي للبحوث التربوية والتنمية: ليست هناك مشكلة على الإطلاق في تدريس حقائق الحياة بالنسبة للأطفال والشباب كل حسب مرحلته العمرية.. ذلك لأن الحياة لا تتجزأ فهي مجموعة من المعارف والمهارات المطلوبة لكل إنسان طبقًا لاحتياجاته في كل مراحل حياته.. والاختلاف هنا في المستوى الذي يمكن أن تقدم به المعلومات المختلفة للفئات العمرية المختلفة..

وأحيانًا تصيبني الدهشة حين تثار المعارك الوهمية، إما في المؤتمرات أو على صفحات الجرائد، حين نتحدث عن هذه الحقائق الأساسية ذلك لأن الطفل في القرية والأحياء الشعبية يعايش كثيرًا من السلوكيات المرتبطة بالتكاثر والتناسل بين الحيوانات والطيور، ويشاهدها عيانًا وتفرح بها الأسرة لأنها تشكل جزءًا من ثروتها..

وقد آن لنا أن نعترف بأن مناقشة حقائق الحياة ودراستها لا تمثل مشكلة إلا لدى من يريد أن يتجاهلها، فقد دأبت الطبقة المتوسطة في المدينة على محاصرة هذه الأفكار واعتبارها عيبًا وتدخلاً في بند المحرمات، ويفاجأ الشاب والشابة بعد ذلك بأن الحياة تتطلب منه فجأة ممارسة ما كان محرمًا وممنوعًا... وهنا يحدث الارتباك والمفاجأة والأخطاء والمشكلات التي تقبل الحل أو لا تقبل..

ومن هنا أيضًا فمن المقترح أن نستخدم عدة مداخل، فالدين على سبيل المثال وتدريس الدين من الممكن أن يتيح فرصة لإعطاء بعض الحقائق المتعلقة بالتطور البيولوجي للإنسان، وما هو حلال وما هو حرام وأسباب اعتباره حلالًا وأسباب اعتباره حرامًا.. وهذا يتوقف على مرحلة العمر ونوع المعلومة المطلوب تعليمها للإنسان..

ويقول د: **محمد الجوادي** - الأستاذ بكلية طب الزقازيق: أرى أن يتم تدريس الجنس بالمدارس من خلال مادة التربية الدينية حيث يكون القائم بتدريس هذه المادة متمكنًا من الفقه الإسلامي بالإضافة إلى تمكنه من اللغة.. ولهذا يستطيع أن يقرب المعاني المحظورة بألفاظ دقيقة ولا تخدش الحياء في الوقت ذاته.

أما تدريس التربية الجنسية من خلال مناهج العلوم والصحة فلا تخلو من مخاطر، حيث إن هذه المواد ترتبط بفصول عملية وباستخدام مصطلحات وبالحديث عن كثير من التفاصيل التي تعتبر بمثابة فواتح شهية عند المراهقين، خصوصًا أن تدريس العلوم لا يرتبط إلا بحقائق علمية مجردة ويصعب إضفاء جوانب تربوية أو توجيهات خلقية عند تدريس الحقائق العلمية بصفة خاصة.

ويقول د: **سعيد إسماعيل علي** - أستاذ أصول التربية: أتحفظ بعض الشيء عند الحديث عن تدريس التربية الجنسية اليوم، لأنه مبني على رد فعل والمفروض عند التخطيط لمناهج التعليم أن يكون ذلك بناء على إستراتيجية وخطة مستقبلية، وليس لأن هناك "هوجة" حدثت حول بعض الأعمال الأدبية

أو المسماة بالأدبية، فيدفعنا ذلك للمطالبة بتدريس التربية الجنسية وتكون المسألة مجرد رد فعل.

ولو جئنا للقضية في حد ذاتها نجد أن هذا لون من التربية أساسي وضروري لسبب بسيط جدًا، لأنه يتصل بشيء فطري وغريزي أودعه الله سبحانه وتعالى في الإنسان، وهو سبب استمرار البشر..

وهناك آيات في القرآن الكريم وأحاديث للرسول عليه الصلاة والسلام تتناول بعض الجوانب، ولكن المشكلة التي تواجهنا دائمًا هي أي الجوانب التي نتحدث عنها وبأي أسلوب وفي أي مناسبة.

ولا أرى أن تكون هناك مادة مستقلة بذاتها اسمها التربية الجنسية، لأن ظروفنا الآن وتقاليدنا التي لازالت موجودة لا تتيح ذلك، ويمكن أن يكون ذلك في مجتمعات أخرى، إنما يمكن تدريس بعض الجوانب من خلال بعض المقررات القائمة بالفعل مثل البيولوجي..

وأرى أن يقوم بتدريس هذه الجوانب في بعض المواد مدرس المادة نفسه، وإن كان الأب والأم في المنزل أهم من هذا وذاك، كما أن التدرج في إعطاء المعلومات وفقًا للمرحلة العمرية للأبناء مهم جدًا خاصة أنه في مراحل معينة تحدث تغيرات بيولوجية عند التلاميذ، وبدلًا من أن يحصلوا على معلومات خاطئة عن طريق رفاق السوء، بل ربما ينزلقون إلى بعض الممارسات بدافع الفضول فمن الأفضل للآباء والأمهات أن يكونوا دقيقي الملاحظة للتغيرات التي تحدث للأبناء ويقوموا بتوضيحها، وربما تشعر البنت بالخجل من السؤال

في بعض المشكلات والتغيرات داخل الفصل، فهنا يكون البيت هو الأصح، أما الأسس العلمية فتكون من خلال المناهج الموجودة بالمدرسة.. وعلى ذلك فالمسئولية مشتركة بين مناهج التعليم والمدرسين في المدارس والآباء والأمهات في المنزل.

مشاكلنا قليلة

ويقول د: **حاتم شلبي** - أستاذ مساعد لأمراض النساء بطب عين شمس: أنا لست ممن يؤيدون تعليم أو تدريس الجنس في المدارس، ولا يعني هذا أنني أمثل الجمود أو التخلف، وإنما أرى أن مناقشة مثل هذه المواضيع يجب أن تتم في أماكنها لأن فيها خصوصية شديدة، ويجب ألا تدرس على الملأ.

ولو افترضنا جدلًا أن النية حسنة في تعليم الجنس في المدارس، فإن النتيجة تكون غير محمودة على الإطلاق وخاصة أن كل الأبحاث والدراسات العلمية التي قامت بها جامعة عين شمس وطنطا والقاهرة في هذا المجال أكدت أن مشكلتنا الجنسية أقل بكثير من مشاكل دولة متفتحة ومتقدمة مثل الولايات المتحدة الأمريكية التي تتمتع بالحرية ومناقشة كل قضاياها على الهواء..

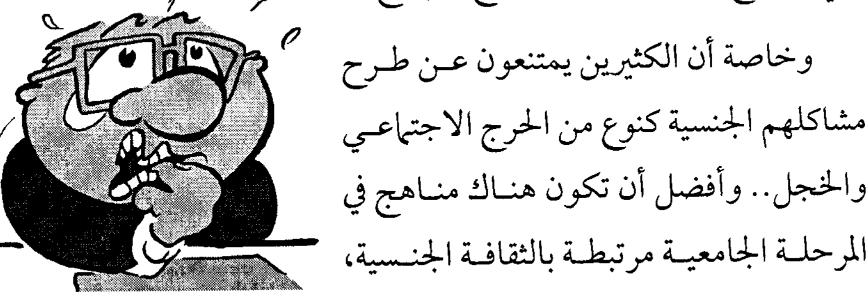
المراحل العمرية

يقول د: **محمد غانم** - أستاذ كلية الطب النفسي بجامعة عين شمس: قبل تدريس الجنس في المدارس يجب أن يكون هناك من يستطيع أن يجيب على كل

أسئلة الطفل بشكل علمي واضح وصحيح، وتبدأ بالإجابات المبسطة للمعلومة دون الدخول في التفاصيل..

وقبل أن نقرر تدريس الجنس في المدارس علينا بتدريب القائمين على تدريسه قبل قيامهم بهذه المهمة الصعبة، وكلما تقدم الطفل في عمره، كانت قدرته على الفهم أسرع، لأنه يلحظ على نفسه التغيرات الجسدية التي تجعله يعي مشاكله بسهولة ويفهم التحولات والتغيرات التي تحدث له، أما طفل الابتدائية فإن أقصى سؤال يمكن أن يطرحه هو من أين جئنا.. وعلى القائم بالتدريس له أن يشرح له فكرة البيضة والكتكوت أو البذرة والشجرة. أما في مراحل الثانوية فإنهم في الغالب يدرسون في علم الأحياء بعض المعلومات عن الفرق بين الجنسين.

وإذا لم نعط أولادنا معلومات صحيحة عن حياتهم الجنسية، فإنهم قد يبحثون عنه بطرقهم الخاصة التي قد تجلب عليهم المشاكل بدلًا من حلها، أو قد يصاب بمخاوف تظل تلازمه طوال حياته وقد تفسد عليه حياته المستقبلية، أو التي قد تمنع البعض من الاستمتاع بالزواج..



وخاصة أن الكثيرين يمتنعون عن طرح مشاكلهم الجنسية كنوع من الحرج الاجتماعي والخجل.. وأفضل أن تكون هناك مناهج في المرحلة الجامعية مرتبطة بالثقافة الجنسية، فالشباب يكونون أكثر نضجًا واحتياجًا لهذه المعلومات وخاصة أن هناك زيجات تتم أثناء التعليم الجامعي.





الثقافة الجنسية

وتقول د: **سعدية بهادر** - رئيس مجلس إدارة جمعية أحباء الطفولة: أعتقد أن تدريس الجنس في المدارس يعتبر ضرورة في الآونة الأخيرة، حيث إننا نعيش في عالم مفتوح السماوات، وفي قرية صغيرة بالنسبة للعالم المحيط بنا، والطفل يشاهد ويسمع كل شيء وكل ما يتعلق بالجنس من خلال وسائل الإعلام وبالتحديد من التلفزيون الذي ينقل له أي معلومة بلمسة واحدة من أصبعه.

وثقافتنا العربية والدينية والخلقية تعتبر الجنس نوعًا من "التابوه"، بالنسبة لنا نحن نعرف جيدًا أن كل ما يراه الأطفال ممنوعًا يصبح لدهم "مرغوبًا"، فالطفل دائم البحث عن الغريب والمجهول وكله شوق لمعرفته وبدلًا من أن نتركه يكتشف الجنس من خلال ثقافات غريبة وجنس مشوه من خلال الإنترنت وما أكثر مواقعه عليها، فإن من واجبنا إرشاده وتوعيته بالأسلوب العلمي الصحيح الذي يتماشى مع عاداتنا وتقاليدنا وديننا..

وأجد أن من الضروري البدء في تدريس الجنس قبل بداية مرحلة البلوغ بالنسبة للطفلة من عمر تسع سنوات، أما بالنسبة للطفل فيفضل أن يبدأ من عمر الحادية عشرة، وذلك بتعريفهم بخصائص نموهم وما يحدث بداخلهم من تغيرات فسيولوجية وجسمانية تؤهلهم وتعدهم للنضج الجسمي، الذي يهيئهم في المستقبل للزواج الناجح.

وتدريس الجنس بهذه الطريقة العلمية المنضبطة يساعد على إنجاح زيجات كثيرة، نسمع عن فشل الكثير من العلاقات الزوجية في بداية الزواج بسبب المشاكل الجنسية، وهذا يؤكد رد فعل مباشر لمعلوماتهم الخاطئة أو المشوشة عن الجنس..

والمشاكل الجنسية أحد عوامل الطلاق المبكر في مجتمعنا والتي بلغت نسبتها ٤٠٪ بين الشباب، لأن معظم مصادرهم في تعلم الجنس للأسف نابعة من أفلام السينما أو الصور.

إن تدريس الجنس في المدارس ضرورة يقوم بها المتخصصون في علم الفسيولوجي "علم وظائف الأعضاء" والبيولوجي "علم الأحياء" والسيكولوجي "علم النفس" حتى يمكن أن نؤهل شبابنا لحياة خالية من المشاكل التي تنتج عن الجهل الجنسي.

ويقول د: **إبراهيم مطاوع** – عميد عمداء كليات التربية في مصر: الجنس يمثل محورًا مهمًا من محاور حياة الإنسان، خاصة وأنه مرتبط بالنمو النفسي والجسمي بدءًا من الطفولة إلى المراهقة والبلوغ والشباب ومختلف مراحل العمر.

ومن الطبيعي أن نهتم به لأن أطفال اليوم هم شباب الغد، وسوف يصبحون بعد فترة آباء وأمهات، وسوف يكوّنون أسرًا، ولابد لهذه الأسر أن تعي المفاهيم والمعلومات والقيم المتضمنة في العلاقات الجنسية القانونية السليمة.. وكذلك المعلومات المتعلقة بالأمراض الجنسية التي لابد للفرد أن



يتجنبها حفاظًا على صحته وعلى حياته، وحفاظًا على استقراره العائلي، فضلًا عن أنه لابد وأن يعرف الفرد بعضًا من الناحية التشريحية للأعضاء الجنسية، وأن يتجنب الأمراض المترتبة على العلاقات الجنسية غير السوية..

وينتقل د: إبراهيم مطاوع إلى قضية أخرى لابد وأن نتناولها بالتوضيح لأبنائنا عند تدريس الثقافة الجنسية لهم في المدارس، والتي يمكن فيها أن نوضح لهم المحاذير الجنسية، وأن نشجع تدريس هذه المقررات ومنها عدم زواج الأقارب، والتركيز على زواج "الأباعد" بعد أن ثبت في علم الوراثة أن زواج الأقارب يظهر العيوب الوراثية..

وهناك أيضًا العوامل التي تؤدي للإجهاض المتكرر، نتيجة اختلاف الدماء بين الزوج والزوجة، ولهذا لابد لنا أن نعمل على تقريب مثل هذه الموضوعات التي نعتبرها شائكة إلى أبنائنا لأنها ليست من المحرمات.. كما أن مواجهتها بالمعرفة أفضل من أن يلجأ الفرد سواء كان ولدًا أو بنتًا إلى أساليب تحتية أو سرية تؤدي إلى عواقب وخيمة بالنسبة لمستقبل الولد أو البنت أو مستقبل الأسرة.

ويكشف د: مطاوع عن قضية أخرى لابد أن نقدمها لأبنائنا عند تدريس الثقافة الجنسية لهم في المدارس، وهي أهمية الكشف الدوري عن الأمراض الجنسية، لأن الاكتشاف المبكر لمعظم الأمراض الجنسية يؤدي إلى عدم وجود مضاعفات يكون فيها خطر على حياة الذكر أو



الأنثى أو الأسرة عمومًا لأن مرضًا مثل الزهري على سبيل المثال يؤدي إلى الجنون..

وعن كيفية تدريس هذه الثقافات الجنسية في المدارس خاصة أن هناك حساسية شديدة عند تناولها سواء من جانب المدرسين، أو تلقيها من جانب التلاميذ، يقول د: إبراهيم مطاوع: يمكن أن نبدأ بالبسيط جدًا، وهو النبات، وكيف تتزاوج النباتات، وكذلك الطيور أو الحيوانات المنزلية المستأنسة مثل القطط والكلاب، والطيور مثل الدجاج والبط والأوز..

ويؤكد د: مطاوع في النهاية: لست مع الرأي الذي يقول إن مجتمعنا غير جاهز لمثل هذه الثقافات التي لابد منها لكي يعيش الفرد حياه جنسية مستقرة.

إستراتيجية متكاملة

أما د: **محمد عبد السميع عثمان** - عميد كلية التربية بجامعة الأزهر - فيؤكد أنه مع تدريس الثقافة الجنسية للتلاميذ خاصة أنها تدرس في الجامعة من خلال تناول مراحل النمو المختلفة ابتداءً من المراهقة المبكرة وحتى المراهقة المتأخرة والرشد بتفصيلاتها المختلفة من حيث تغيرات النمو من الناحية البيولوجية ومتطلباتها الاجتماعية والثقافية وأساليب مواجهتها..

كما أن تدريس مثل هذه المواد ليس مقصورًا على جامعة الأزهر فقط، ولكن في جميع الجامعات المصرية خاصة في كليات التربية والآداب.



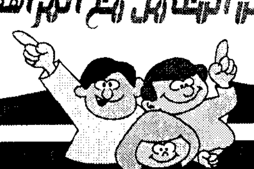
ويضيف: غير أن الأمر قد يختلف تمامًا بالنسبة لمراحل النضج فيما قبل الجامعة، وخاصة أن هناك ثمة افتراضية أن الأسر ليست كلها على المستوى الثقافي الذي يمكن أن يساعد على فهم هذه الثقافة، ولذلك فإن التفكير في بث أي ثقافة متعلقة بمراحل النمو في مراحل التعليم الإعدادي والثانوي تتطلب بناء إستراتيجية تربوية متكاملة تتكاتف فيها جهود العلماء، ليس فقط في علم النفس والاجتماع والتربية، ولكن في كل الوسائط التي تبث خبرات تربوية مثل الوسائط الإعلامية، حتى يمكن تهيئة الأذهان لفهم متكامل لطبيعة وخصائص مراحل النمو وأساليب مواجهتها..

وأيضًا بناء إستراتيجية تتضمن توجيه الأسرة وتوعيتها ومدها بالأساليب التي يمكن أن تتغلب على مشكلات النمو وبخاصة في مرحلة المراهقة المبكرة، وكذلك في ضوء المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية التي يعيشها المجتمع، لأن هذه المتغيرات أيضًا لها أثر لا يمكن تغافله في التوجيه والإرشاد.

ولذلك فقبل أن نفكر في إعداد مثل هذه البرامج وتلك المناهج، فلابد من التفكير في إستراتيجية تربوية متكاملة تتكاتف فيها جميع الجهود، وتتعاون فيها جميع أطراف العملية التربوية ومنها الأسرة والوسائط الإعلامية والأندية والمسجد وجميع المؤسسات التي تبث خبرات تربوية مباشرة.

حسب الفئة العمرية

ويؤكد د: **محمد أمين المفتي** - عميد كلية التربية بجامعة عين شمس - أن الثقافة الجنسية للشباب لازمة وضرورية في مختلف الأعمار، بحيث نقدم لهم



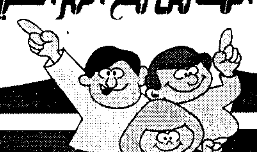
بطريقة علمية حسب الفئة العمرية التي تقدم لها هذه المادة.. وهنـاك دول كثـيرة تدخل ضمن مقرراتها الثقافة الجنسية مثل بريطانيا والولايـات المتحـدة وبعـض الدول الأوروبية الأخرى.. وهذه الثقافة تزود الـشباب بالمعلومـات العلميـة في هذا الشأن، وحتى نقي الشباب من أي مصادر أخـرى غـير علميـة تعطـي لهـم معلومات قد تكون غير سليمة أو تثير فيهم الغرائز..

ويرى عميد تربية عـين شـمس أن تقـدم الثقافـة الجنـسية في التعلـيم قبـل الجامعي ينبغي أن يكون متدرجًا بـدءًا مـن المرحلـة الإعداديـة.. كـما ينبغـي أن تشارك مؤسسات التعليم غير النظامية في تكامـل هـذه الثقافـة لـدى الـشباب، بمعنى أن تقوم وسائل الإعلام بدورها، وأن تقوم دور العبادة بدورها خاصة في الجانب الديني، وأن تقوم الأسرة أيضًا بدورها في هذه التربية.

نصحح المفاهيم

ويقول د: **حامد زهران** – أستاذ الصحة النفسية: التربية الجنسية جملـة تبـدأ بكلمة "تربية"، وهذه التربية يقوم بها المربي سواء كان معلمًا أو والدًا أو إعلاميًـا أو طبيبًا، وهي نوع من التربيـة يمـد الأفـراد بالمعلومـات العلميـة والاتجاهـات السليمة إزاء المسائل الجنسية بما يتناسب مع نموه، فما يـصلح للطفـل لا يـصلح للمراهق ولا يصلح للشيخ..

ولابد لهذا النوع من التربية أن يتم تناوله بما يتفق مع إمكانات النمو العقـلي والانفعـالي والنمـو الجنـسي للفـرد بهـدف تحقيـق التوافـق الجنـسي ومواجهـة المشكلات الجنسية، وهذا موجود في كل مراحل التعليم وفي كل جوانب الحياة..

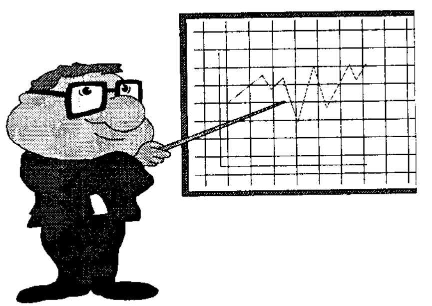


والأهداف التربوية من وراء ذلك هي التزود بالمعلومات الصحيحة، وتعلم الألفاظ العلمية المتصلة بالسلوك الجنسي، وإكساب الفرد التعاليم الدينية والقيم الأخلاقية الخاصة بالسلوك الجنسي، وتنمية الضوابط الإدارية للدافع الجنسي.. والوقاية من أخطار الأخطاء والتجارب الجنسية..

ويؤكد د/ زهران أن علينا كمربين أن نعرف أن الأطفال تصلهم معلومات من زملائهم في المدرسة والشارع.. وقد يقرؤون كتابات ذات أفكار مشوهة، وقد يطلعون في عصرنا الحالي على مصادر الإنترنت، وهناك أيضًا "الدش" وما يأتي به من قنوات، ولابد أن نسلح أطفالنا ضد كل ذلك..

وإذا أردنا أن نقدم مثل هذه الثقافة الجنسية في المدرسة فهناك أفلام ووسائل تعليمية متخصصة معدة خصيصًا لذلك يمكن عرضها، وأن نناقش الطلاب فيها بعد ذلك.

ويؤكد د/ حامد زهران أن أهم ما يجب على التلاميذ أن يعرفوه هو الفروق بين الجنسين منذ الصغر والتكاثر.. ولهذا لا أحد يعلم السلوك الجنسي بشكل مباشر.. ولكن نعلمهم آداب السلوك الجنسي.



إن أقرب العلوم للتربية الجنسية هي التربية الدينية، لأن الدين يعترف تمامًا بالغريزة الجنسية، وينظم السلوك الجنسي تمامًا من الناحية الدينية قبل أي شيء آخر، ولهذا فالمفروض أن

نهتم بتعليم أحكام الدين.. وحدود الله فيما يتعلق بالسلوك الجنسي والحلال والحرام فيه..

ومن هنا سنجد أن الإطار الذي نتحدث عنه سوف يؤدي إلى نتائج أفضل من إهماله.. لأن تقديم التربية الجنسية للتلاميذ قد أصبح ضرورة في الإطار العام للتربية والتعليم..

* * *



إدخال التربية الجنسية في المناهج

إن هذه السلوكيات السيئة مشكلة حقيقية يعاني منها المجتمع، وتستهدف الشباب بالدرجة الأولى، مما يعني ضرورة إدخال التربية الجنسية ضمن المنهج المدرسي في كافة مراحل التعليم العام للبنين والبنات كل فيما يخصه ووفق المرحلة العمرية، فهناك من المراهقين من يشاهد اللقطات الجنسية، ويبدأ يشبع رغبته بطرق خاطئة أو شاذة، وهناك أيضًا من يجهل عالم الحياة الجنسية بصورته الصحيحة الشرعية، وهذا يحتاج كذلك لمن يعلمه ويثقفه، على أن يرتكز هذا المنهج المدرسي على تنظيم الزيارات لعيادة علاج الأمراض الجنسية، وكذلك إقامة الندوات والمعارض من المختصين داخل المدارس، وتنظيم لقاءات مفتوحة مع أولياء الأمور لمناقشة مسائل الثقافة الجنسية، وكيفية التعامل مع المراهقين.

وأيضًا يأمرنا الإسلام أن نعلم أولادنا أفضل أساليب السلوك في الحياة، بما فيها التربية الجنسية والتي تندرج بأهميتها ضمن التأديب بحيث يتلقى الأبناء القدر المناسب من الثقافة الجنسية بما يتوافق ومراحل السن ومستوى الثقافة والوعي، وينسجم مع أعراف العصر وعاداته وتقاليده.

وأيضًا فإن ضعف الرقابة، وضعف الخبرة لدى الأسرة في جوانب التربية الجنسية، وبيئة المراهق بما فيها الفضائيات ووسائل الاتصال الحديثة تعد من

أقوى المؤثرات التي تحرك الغرائز جنسيًا لـدى المـراهقين، وللوصـول إلى واقـع أفضل من شأنه الارتقاء بأخلاقيات الشباب يجب معرفة شخصية المراهق معرفة حقيقية، فخطط العلاج التي تنطبـق عـلى مجموعـة قـد لا تنطبـق عـلى مجموعـة أخرى، لذا لابد من تعزيز جوانب العلاج الجماعي مثل التوعية الدينية، وتوجيه الإعلام الهادف المعزز للقيم، وتعزيز لغة الحوار والمصارحة في مناقـشة مـسائل التربية الجنسية.



وهناك أمثله ناجحة منها ولد بالإعداديـة لديـه تليفون محمول بكاميرا، وبعـد عودتـه مـن المدرسـة ينشغل بواجباته ودروسه، والأسرة تتفقد جواله كل يوم تقريبًا، وهو يعلم ذلك، وبما أنه من المتفـوقين في مدرسته فلديه ربما هم وهاجس التفوق، الأمر الذي عزز في نفسه الرقيت الذاتي، وبالتالي فهذه النوعية أو الشريحة من الطلاب لا يقاس عليها، مع الإيمان أن المراهـق لا يمكـن الـسيطرة على خصوصياته مـا لم يثقـف أو يـشغل بـصورة دائمـة بأنـشطة يحبهـا تخدمـه، ويستفيد منها مجتمعه.

ولد آخر في الصف الثالث الإعدادي، ليس لديه تليفون حـر، بمعنـى لديـه تليفون للضرورة، وهذا الأمر برغبته، على الـرغم مـن كـل مـرة يـستخدم فيهـا الجوال تتم متابعته وملاحظة الذاكرة، ولم يلحظ أي سلوكيات غير سوية سـواء في جواله أو أنشطته أو علاقاته، وبرنامجه اليومي يستثمره بـين النـادي الريـاضي بالحي ودراسته ومتطلبات الأسرة التي تجعله مرتبطًا بـصورة دائمـة بأسرتـه إلى حد كبير جدًا.



تدريس الجنس.. بشرط

إن استقاء المعلومات واكتساب الخبرة يكونان في مرحلة الطفولة المتأخرة والتي تتراوح ما بين سن التاسعة إلى الثانية عشرة من عمر الطفل.

ففي هذه المرحلة العمرية يستطيع الطفل التمييز بين الصواب والخطأ، ويكون الطفل قد اكتسب فيها مبادئ الدين من خلال الأسرة والمدرسة والمجتمع، ومن خلال ذلك يصبح لديه الذات العليا الإنسانية التي تُعرف بالضمير الإنساني، فيخشى الخطأ من زلات اللسان والكذب، ويعي الصواب من الخطأ..

ومن هنا نستطيع أن نعطي له بعض المعلومات الأولية عن التطور الإنساني واختلاف الجنس بما لا يخدش الحياء، بوسائل تبرير وتفسير من خلال الأسرة والمدرسة، وتكون المواجهة والمصارحة والمكاشفة بما لا تجعله مترددًا أو خائفًا أو تنتابه الرهبة من مجرد ذكر كلمة الجنس أمامه، ونوصي الأسرة بأن تقدم المعلومة للطفل من خلال "المجهر الأسري" أي المتابعة الأسرية.

ولابد من تنمية الوعي الصحي النفسي الاجتماعي لأبنائنا في مرحلة الطفولة المتأخرة بوسائل إشارية وتوضيحية، حتى لا يصدم في مرحلة المراهقة التي تلي مرحلة الطفولة المتأخرة.

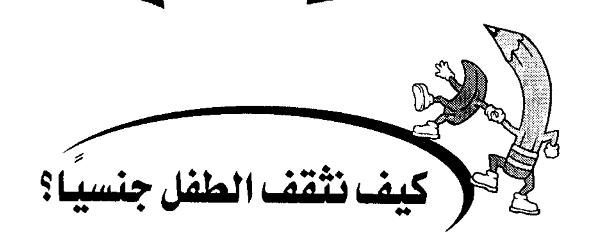
ويصبح لدية تمهيد قبل مرحلة النضج لكثير من التطور الهرموني والبيولوجي المصاحب بالتغيير الجسماني له.



ثقافة الطفل الجنسية في مجتمعنا

تبنى ثقافة الطفل الجنسية وحتى أوائل المراهقة من خلال مشاهدات الطفل ومن خلال أصدقائه الذين يتسابقون على إضافة لمساتهم ليجعلوا من الموضوع أكثر إثارة وأهمية وهم في واقع الأمر لا يتجاوزون في معرفتهم ما لدى المتلقي من معلومات ولكن يملكون خيالاً خصبًا يتفوقون به على أقرانهم وهنا مربط الفرس حيث من الممكن أن نجد جدًا قد تلقى معلومات خاطئة وهو طفل فلا تمحى تلك المعلومات ما حيي، وخصوصًا أن الأطفال يسألون أسئلة كثيرة منها الجنسية ويبحثون عن إجابات فإذا لم توفر لهم سيكملون الصور الناقصة في عقولهم بصور من خيالهم وخصوصًا لو قابل الولدان أسئلة الطفل بالنهر والرد بعدم فتح مثل هذه المواضيع لأنها محرمة في العرف.

* * *



السؤال الذي كثيرًا ما يُطرح: كيف ننمى الثقافة الجنسية لدى الطفل دون أن نخدش الحياء العام أو نخرج عن إطار الدين؟

مع مراعاة حدود المعرفة لدى الطفل وعمره، وعدم الاستخفاف بدرجة فهمه.

وأرى والرأي لكم:

١- الإجابة على أسئلة الأطفال بأكبر مقدار من الصدق ودون الدخول في التفاصيل مع مراعاة عمر الابن.

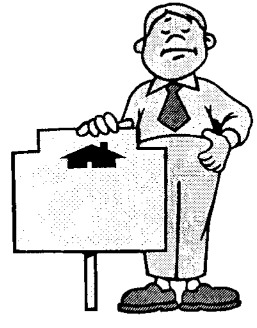
٢- تشجيعهم على السؤال وعدم تخويفهم من شبح العيب وكذلك عدم إظهار الحرج والقلق أثناء الإجابة على هذه الأسئلة.

٣- في حالة المرور بموقف جنسي أمام الطفل والوالدان موجودان فيجب على الوالدين الشرح المبسط والمختصر لما يحدث وعدم ترك هذا الموقف لمخيلة الطفل.

٤- وضع قيود على نوعية الإعلام الذي يتلقاه الطفل، مثل بعض الأفلام التي تعرض مشاهد جنسية.

٥- عدم إهمال مرور الطفل بحالة نفسية سيئة، فقد يكون الطفل قد تعرض لتحرش جنسي ويحتاج لعلاج سريع.

٦- يجب مراعاة حجم الجرعات من المعلومات التي تُعطى للطفل ومراعاة عامل السن.



٧- توضيح العقوبات في الشريعة الإسلامية نتيجة الممارسة الخاطئة مع جرعة مناسبة من القرآن الكريم والسنة النبوية، حتى نحد من الانحراف الذي قد يولده حب الاستطلاع لدى الأطفال.







يمثل النمو الجنسي أحد المحاور المهمة لثورة النمو التي تحدث في سن المراهقة.. هذه السن التي تمثل الجسر الذي يعبر عليه الأبناء والبنات من عالم الطفولة إلى عالم الشباب الذي يصاحبه تغيرات نفسية وعاطفية وعقلية واجتماعية يكون لها أعظم الأثر في حياة الفرد المستقبلية.. وهناك إعداد عام للمراهق سواء كان ولدًا أو بنتًا، ثم هناك إعداد خاص لكل جنس على حدة.

ويقصد بالبلوغ بلوغ سن الحلم أو الاحتلام عند الذكور، وحدوث الدورة الشهرية عند الإناث.. ويختلف سن البلوغ من بيئة لأخرى، بحيث يبلغ أبناء القرية والبدو قبل أبناء المدينة، وتبلغ الإناث قبل الذكور.. ومتوسط سن البلوغ عند الإناث يكون بين ١١ و١٤ سنة، وعند الذكور بين ١٢ و١٥ سنة. ويقسم الأمر إلى ثلاث مراحل:

أولاً: مرحلة ما قبل البلوغ.

ثانيًا: مرحلة البلوغ.

ثالثًا: مرحلة ما بعد البلوغ.



ما قبل البلوغ

تبدأ هذه المرحلة أو تحدد ببداية ظهور ما يسمى بالصفات الجنسية الثانوية، وهي التي تسبق حدوث البلوغ الفعلي، وهو ما يثير التساؤل لدى الطفل أو الطفلة، وتكون الفرصة التي يدخل منها الآباء والأمهات إلى أطفالهم بصورة طبيعية للحديث حول هذه التغيرات الجسمية ودلالاتها وأثرها على حياة الطفل في المستقبل.

١- بالنسبة للذكور:

ففي الذكور تتغير نبرة الصوت، فيصبح أكثر خشونة، ويبدأ ظهور الشارب، ويبدأ ظهور الشعر تحت الإبطين وحول العانة.

وهنا يقوم الأب أو من يقوم مقامه في حالة غيابه بشرح طبيعة هذه المرحلة للابن، ويمكن أن تقوم الأم بذلك بلا حرج، فعلى الأب والأم أن يدركا خطورة المصادر الخارجية في الحصول على المعلومة والتي قد تكون مغلوطة أو مخلوطة بالممارسات السيئة والشاذة، سواء كانت كتبًا ليس عليها رقابة، أو زملاء ليس لديهم الخبرة فيما يقال.

يبدأ الأمر في صورة حوار لطيف يلفت فيه الأب نظر الابن إلى شاربه أو خشونة صوته.. فيبادره بالقول "لقد كبرت يا فلان".. ها هو شاربك يحاول أن يجد له مكانًا للظهور.. أتدري ماذا يعني ظهور الشارب أو خشونة الصوت؟

إنك مقدم على مرحلة جديدة في حياتك.. نعم، لقد كنت كبيرًا فيما مضى، ولكنك الآن رسميًا تبدأ مرحلة جديدة.. هي مرحلة البلوغ.. هل تعرف ماذا تعني؟ إن الأمر أخطر من مجرد شارب أو خشونة الصوت.. إنك تتحول إلى رجل..

ويبدأ في شرح أسباب حدوث هذه التغيرات وطبيعتها بصورة علمية تمامًا، فيحدثه عن هرمون التستيرون Testosterone Hormone، وكيف أن إفرازه يبدأ في الزيادة لإحداث هذه التغيرات استعدادًا لنضوج أعضائه التناسلية من أجل النضج الجنسي كرجل من الناحية البيولوجية، وأن هذه التغيرات هي الخاصة بالمهمة التي أرادها الله للإنسان وهي عمارة الأرض.. فلابد من وجود هذا التواصل الجنسي الذي تكون بدايته هو هذا الحدث في حياة الإنسان..وأن بداية التكليف الإلهي للإنسان ومحاسبته تبدأ من لحظة دخوله عالم الرجال، فمثلما أظهر هذا النضوج الجنسي دخوله عالم الرجال فإنه يعلن أيضًا دخوله عالم المسئولية، فهكذا لكل أمر فائدة وجائزة يحصل عليها.. وكذلك ثمن يدفعه.

ويتم شرح مبسط لما يحدث من تغيرات ستؤدي إلى حدوث الاحتلام، ولا مانع من وجود رسم مبسط لتشريح الجهاز التناسلي للذكر يبين ما يحدث من تغيرات، خاصة إنتاج الحيوانات المنوية التي تأخذ مسارها للخروج عند بلوغ الإنسان وحدوث الاحتلام، وكيف أنه إعلان عن إتمام هذا النضج الذي يكتمل بالتدرج، وكيف أنه سيصاحب هذه التغيرات الجنسية والجسمية تغيرات في المشاعر نحو الآخرين خاصة الجنس الآخر، وأن الله قد خلق هذا الميل الفطري بين الجنسين حتى يحدث الاقتراب والارتباط بينهما ولكن في الوقت المناسب

والمكان المناسب، وإن الزواج هو الصورة الشرعية لهذا الارتباط، وأن هذا الميل لا يعني الحب، لأن الحب مشاعر تنتج بين طرفين متكافئين في ظرف يسمح لهما بترجمة هذا الحب إلى ارتباط شرعي.. وأنه ليس كل ميل للطرف الآخر يكون حبًا ولكنه الرغبة في إثبات الذات وتقليد الكبار، لذا أمر الله بغض البصر عن الجنس الآخر حتى يمنع تطور هذا الميل الفطري الطبيعي إلى حب أو عاطفة غير محسوبة في وقت غير مناسب، مما يؤدي إلى حدوث مشاكل لا داعي لها.

٢- بالنسبة للإناث:

في البنات يصبح الصوت أكثر نعومة.. ويبدأ بروز الصدر مع بداية التوزيع الأنثوي للدهون، حيث تزيد منطقة الأرداف، ويظهر الشعر أيضًا تحت الإبطين وحول العانة.

ويفضل أن تتحدث الأم أو من يقوم مقامها مثل الخالة أو العمة إلى البنت.. وقد تكون المناسبة أيضًا هي بداية ظهور الصفات الثانوية، وتعليق الأم عليها بلطف، وقد يكون هناك تساؤل من البنت حول سبب إفطار الأم في رمضان أو عدم صلاتها في بعض الأيام، حيث تشرح الأم بصورة علمية سبب حدوث هذه التغيرات الجسمية وهرمونات الأنوثة.. مثل الإستروجين والبروجسترون ودورها في ذلك، ثم شرح مبسط قد نستعين فيه برسم تخطيطي للجهاز التناسلي للأنثى يشرح كيفية حدوث التبويض، ورحلة البويضة، والتغيرات التي تحصل في الرحم، وانتهاء الأمر بنزول دم الطمث أو الحيض..

والإشارة اللطيفة إلى أن هذه التغيرات هي إعلان لدخول هذه الفتاة إلى عالم الأمومة المرتبط بحفظ الجنس البشري، وقيامه بدوره في إعمار الأرض، وكيف أن كل هذه التغيرات هي من أجل القيام بهذه المهمة السامية.

ولذا فإن عاطفة الإناث تكون قوية من أجل القدرة على منح أولادهن فيضًا من الحب والحنان..

وأن توضح لها أن الميل الفطري نحو الجنس الآخر – وهو ميل طبيعي – عليها أن تدركه وتضعه في مكانه وزمانه المناسبين، لأن هذه المشاعر يجب أن تخص بها زوجها القادم، لأنها مشاعر ثمينة لا تمنحها لأي طارق بكلمات حلوة أو ادعاء حب لا يدرك هو قيمته، ويدرك أن الفتاة تتوق إليه لطبيعتها العاطفية فيستغله سلاحًا للإيقاع بها.. وأن الحب له وقته ومكانه وشخصه، وأنها مثلما تحفظ جمالها وحسنها بالحجاب تحفظ مشاعرها في قلبها، لأن مشاعر المراهقة بطبيعتها متقلبة متغيرة، وما تتصوره حبًا في هذه السن سيتغير ويتبدل مع نضجها النفسي وزيادة تجربتها وخبرتها واحتكاكها بآخرين في مجالات العلم والعمل.







مرحلة البلوغ

١- بالنسبة للذكور:

وميقاتها البيولوجي هو حدوث الاحتلام، ومن المهم أن يكون الأب مع ابنه عندما يحدث هذا الأمر، لأن هناك أمورًا سيترتب عليها دخوله هذا العالم، ويجعل شوق الابن لمعرفة ذلك داعيًا لأن يخبر أباه..

ويستقبل الأب ذلك بنوع من الترحاب، ويتخذ بعض الإجراءات المعلنة لحدوث أمر مهم في حياة الابن مثل زيادة مصروفه.. وأن يوكل له بعض المهام الزائدة.. وأن يسمح له ببعض الأمور مثل زيادة فترة السماح للخروج.. ثم يبدأ معه في المدخل الشرعي.. فيبين له ما يترتب على حدوث الاحتلام من وجوب الاغتسال ويشرح له كيفية الاغتسال.. ويشرح له كيف أنه أصبح مكلفًا بالصلوات والصيام وأنه محاسب حسابًا خاصًا به..

ويرتب له العديد من الأنشطة المفيدة الرياضية والثقافية التي تشغل وقته، ويفهمه أهمية شغل وقته حتى لا يصبح مستغرقًا في خيالاته وأفكاره، ويحذره من الوقوع في العادة السرية مع شرح بسيط لآثارها النفسية، وخروجها عن القيام بواجب الإنسان نحو جسمه، وكيف أنها إهانة للإنسان ولكرامته.. وكل ذلك في إطار الحوار المتبادل وانتهاز الفرصة المناسبة، خاصة أن الأسئلة من قبل الابن ستكون كثيرة ومتنوعة.

فعلى الأب ألا يُحرج من الإجابة على أي سؤال، ولا يتهرب، ولا يجب إلا بما يعرفه، وإذا صعب عليه سؤال ما فعليه أن يمهل الابن حتى يسأل المختصين، وذلك حتى يكسب الابن الثقة في الحوار والمعلومة التي يحصل عليها، فيظل الطريق مفتوحًا بين الطرفين في كل ما يخص هذا الأمر، ولا يلجأ لمصادر أخرى أو ينغلق على نفسه ويعيش في عالمه الخاص..

مع التأكيد على المعاني التي من المفترض أنها موجودة وراسخة منذ الطفولة، مثل معاني الحياء التي تظهر في عدم خلعه ملابسه أمام الآخرين، وعدم اطلاعه على عورات زملائه، وحدود التلامس بينه وبينهم، وعدم الإفضاء في ثوب واحد أو غطاء واحد مع أخيه أو أحد زملائه.

٢- بالنسبة للإناث:

وميقاتها البيولوجي هو حدوث الدورة الشهرية، وهي في المرة الأولى ربما تكون بقعة صغيرة من الدم، يجب أن تستقبلها الأم بسعادة، لأن ابنتها قد كبرت، وأصبحت أختها الصغرى بدلًا من ابنتها، وتجعل الأم لها مذاقًا خاصًا بحيث تنزل مع الابنة للسوق لاختيار ما تراه الابنة مناسبًا لها من ملابس كنوع من الاحتفال والاحتفاء، واستعدادًا للبس الحجاب، واختيار المناسب للقيام به وارتدائه، ولا مانع من عمل حفل صغير تدعى فيه صويحبات الابنة للاحتفاء بلبس الحجاب ودخولها عالم الكبار.. وتشرع الأم في تعليم الابنة كيفية الحفاظ على نظافتها ورائحتها في أثناء الدورة، وتزيل عنها الإحساس بالحرج والخجل، وتؤكد لها على طبيعتها لأن الكثير من البنات يصبن بنوع من الخجل والإحساس

بالتوتر بل والرفض في بعض الأحيان لهذا الأمر، لذا يجب أن تكون الأم متفهمة قريبة.. حانية.. مشجعة.. مطمئنة.

وبعد ذلك تشرح الأم الأمور الشرعية التي تترتب على ذلك بالنسبة للصلاة والصيام ومس المصحف والاغتسال وكيفيته.. وأيضًا أنواع الإفرازات التي تبدأ في هذه المرحلة خاصة مع الإحساس بالإثارة، وما يترتب على ذلك من أحكام في الوضوء والطهارة، مع التأكيد على معنى التكليف أمام الله وغض البصر، وشغل الوقت بكل ما هو مفيد من أنشطة، مع التأكيد على الأم أيضًا بفتح الحوار وعدم الحرج أو التهرب من أي سؤال مهما كان.. وشرح ماهية غشاء البكارة ورمزيته إلى عفة المرأة.. وخطورة العبث في هذا المكان.. وإزالة الأوهام الخاصة به حتى لا تقع البنت أسيرة الخوف أو القلق من هذه الناحية، مع بيان أمانة الجسد لدى صاحبته، بحيث لا تسمح لأحد بانتهاكه بعينه أو يده تكريمًا للإنسان، لأنه وعاء روحه في إطار الاعتدال بدون تخويف معطل أو تسهيل مفرط، والتأكيد على معاني الحياة أيضًا مثل عدم خلع الملابس أمام زميلاتها، حيث تزيد هذه الظاهرة لدى الإناث كنوع من التعبير عن العاطفة، فتحتاج أيضًا لوضعها في إطارها الشرعي الصحيح.

فالمراهق في المرحلة السابقة كان يكتفي بالتلقي وهو مدهوش أو مصدوم إلى هذا العالم العجيب، إنه يندهش لمشاعره، ويستغرب ما يدور داخله من رغبات وأحاسيس، ولكنه الآن قد تمكن منها وعرفها، وهناك جهات كثيرة تدعوه وتغريه.. وهو إذا لم يجد ما يقنعه ويمنعه من الدخول إلى هذه العوالم من باب التجربة والفضول فإنه سيفعلها.. لأن روح المغامرة والتجريب وإثبات

الذات ستغلبه إذا لم يجد من يساعده.. لذا فإن الحقيقة العلمية والحوار المفتوح هما سلاح الأب والأم، وما قد يخجلان من ذكره سيحصل الابن والبنت على تفاصيله من مصدر آخر..

في النهاية ما نريد قوله: إن البعض قد يستغرب دعوتنا إلى التربية الجنسية المبكرة للمراهقين، فيتساءل أحدهم: هل سأدعو ابني أو ابنتي وأقول له تعال نتحدث في الجنس! إنني سأفتح عينيه على أمور لا يعرفها..

ويقول آخر: إن أهلنا لم يتحدثوا معنا في ذلك.. فلماذا نتحدث مع أولادنا عنه؟ ويعبر آخرون عن خجلهم من الحديث في هذه الأمور أو جهلهم بهذا الأمر.

والحقيقة أن هؤلاء الآباء والأمهات لا يدركون أن أولادهم وبناتهم في عصر السماوات المفتوحة والإنترنت والقنوات الفضائية وحرية المعلومات.. إذا لم نتحدث معهم على قدر استطاعتنا وطاقتنا فإنهم سيحصلون على أكثر مما يتخيل الآباء، ولكن خارج المنظومة القيمية والمعرفية لمجتمعنا، خاصة أنه لا يوجد ما يغطي هذا النقص لدينا..

إننا يجب أن نتدخل حتى نضع الإطار الذي يعيد للأمر توازنه، وإلا فلا نلوم إلا أنفسنا بعد ذلك..

* * *



٥ تصورات خاطئة لدى المراهق عن الجنس

كثير من الأهل وحتى المربين لا يمتلكون برنامجًا واضحًا لتقديم المعارف الضرورية للمراهقين حول الجنس.

وفي بلادنا تصبح مشكلة الجنس لدى المراهقين حالة من حالات الغموض والقلق والتخبط الذي يجعل من المراهق أسير تصورات خاطئة حول الدافع الجنسي ووظيفته الاجتماعية ومظاهره الفيسيولوجية التي تبدأ بالظهور لدى المراهق في علاقته بجسده أو في طريقة تفكيره.. فأي تصورات يمكن أن نتطرق إليها لدى الحديث عن تفتح الهاجس الجنسي لدى المراهقين؟!

١ السرية:

السرية هي أول التصورات التي يبنيها المراهق حول الجنس.. فالجنس حالة كاملة من السرية والغموض في الفعل والقول والإيماء والإشارة.. ولهذا يطلب منه الكبار أن يخرج من مجالسهم عندما يكون هناك حديث ساخن، ولهذا يخفضون أصواتهم إذا أرادوا أن يلقوا بطرفة ذات تلميحات جنسية.. بل إن كل الثقافة الجنسية المتداولة قائمة على التلميح لا التصريح.. والتلميح هو أحد تجليات السرية المغلقة.

طبعًا لا نقصد أن بديل السرية كتصور خاطئ هنا هو حالة العلنية الفاضحة كما قد يتخيل البعض.. لكن علينا ألا نجعل هذه السرية تزيد من فضول المراهق لمعرفة خباياها، وعلينا أن نمارس سلوكًا عفويًا تجاه الابن يحفظ عليه حياءه، ويبقى الجنس كفعل طبيعي مستساغ ضمن حدود الأدب المتعارف عليها اجتماعيًا..

العيب: ٥

يمثل (العيب) المفردة الأكثر التصاقًا بالجنس في خيال المراهق.. فالجنس ممنوع الحديث عنه مع الكبار، وممنوع التفكير به بشكل علني حتى لو أخذ هذا التفكير شكل الأسئلة البريئة أو الفضولية التي تبحث عن الجواب.

الجنس هو العيب حقًا، وإلا لما مارسه الكبار في غرف مغلقة وبعيدًا عن أعين الناس..



ولعل هذا التصور يجعل المراهق يتعامل مع الجنس إما باعتباره تجاوزًا يجب أن يمارس خارج القانون الاجتماعي والأخلاقي.. أو باعتباره حالة من الابتذال ينبغي على كل شخص مهذب ألا ينزلق لممارستها..

وغالبًا ما يصدر المراهق حكمه ذاك حتى على العلاقة الزوجية المشروعة التي لا يفهم مدى مشروعيتها بدقة.. لأن أحدًا لم يقل له أن الجنس متعة طبيعية حللها

إله البشر وتُمارس ضمن شروط ونظم ومعايير، ويترتب عليها مسؤوليات أيضًا.

الإثم:

الجنس فعل آثم.. ويتعزز هذا التصور لدى المراهق عندما يتطور مفهوم العيب الأخلاقي المرادف للجنس في نظره، وفي حالة الكراهية والنفور لهذا الشيء باعتباره خرقًا فاضحًا للقيم..

وقد يساهم هذا في إصابة المراهق بعقدة نفسية تجاه الممارسة الجنسية، كأن ينظر إلى أمه نظرة مشوبة بالانزعاج، إذا لاحظ أن والده ينظر إليها نظرة إعجاب، أو يلاطفها بعبارات الغزل الذي يمهد للقاء الجنسي.

ولهذا فقد يعتقد المراهق في لحظة من اللحظات أن الجنس هو فعل يجلب الإثم إلى صاحبه، فينظر لأي مظهر من مظاهره نظرة مليئة بالرفض والنفور.. وقد يستمر معه هذا الرفض والنفور ليشكل حاجزًا أمام الممارسة الجنسية الطبيعية مستقبلًا.

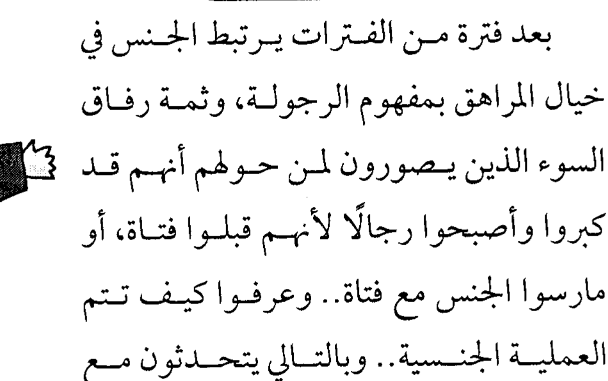
الاقتناص:

من التصورات الخاطئة لدى المراهقين أيضًا أن الجنس كفعل سري - كما أسلفنا - عالم نقتحمه اقتحامًا، وليس له باب مشروع للدخول إليه.. وأن الفرصة لممارسته هي ضربة حظ قد تسنح لنا إذا عرفنا كيف نقيم علاقة مع الطرف الآخر.. وأن الحصول على اللذة الجنسية هي أشبه باقتناص صيد ثمين إذا عرفنا كيف نسدد الهدف..

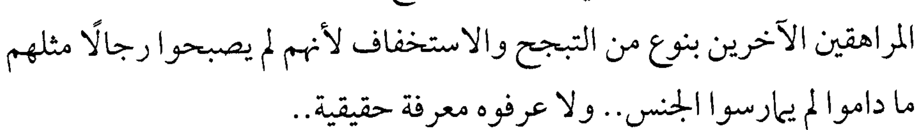


وتسيطر هذه التصورات على خيال المراهق في كل مظاهر الجنس.. لذا يحاول أن يتحين الفرصة لمغازلة فتاة جميلة مارة في الشارع، أو مشاهدة مشهد مليء بالقبلات الحارة في فيلم ما، أو مشاهدة فيلم خليع، أو حتى الحصول على صور فاضحة.. وغير ذلك من الممارسات التي تزيد الرغبة الجنسية لدى المراهق اشتعالًا.. وتضر بسلوكه وتفكيره ورؤيته للعلاقة الجنسية المشروعة ككل..

التعبير عن الرجولة:



بعد فترة من الفترات يرتبط الجنس في خيال المراهق بمفهوم الرجولة، وثمة رفاق السوء الذين يصورون لمن حولهم أنهم قد كبروا وأصبحوا رجالًا لأنهم قبلوا فتاة، أو مارسوا الجنس مع فتاة.. وعرفوا كيف تتم العملية الجنسية.. وبالتالي يتحدثون مع المراهقين الآخرين بنوع من التبجح والاستخفاف لأنهم لم يصبحوا رجالًا مثلهم ما داموا لم يمارسوا الجنس.. ولا عرفوه معرفة حقيقية..



وهكذا ترتبط الرجولة في خيال المراهقين الذكور بمفهوم الممارسة الجنسية حصرًا، ويعتقد المراهق أن عليه كي يكبر ويصبح رجلًا ويصبح له وزن في مجالس الرجال أن يمارس الجنس، مما يجعل سلم القيم الحقيقي للرجولة ينهار في نظره، فالرجولة المرتبطة بالإحساس بالمسئولية والصدق في الوعد، والصبر على تحمل الشدائد تصبح في مرتبة أدنى أمام هذا التصور الجنسي الخاطئ.



أخيرًا ينبغي القول بأن الأسرة والشارع والبيئة المحيطة تلعب دورًا كبيرًا في تنمية هذه التصورات الجنسية الخاطئة، وأن البيئة المتشددة والمبالغة في صورتها المحافظة تنتج مثل هذه التصورات في خيال أبنائها.. مثلما تبدو البيئة التي تغيب فيها أبسط الضوابط الأخلاقية مسؤولة عن فساد المراهق وانحرافه تحت تأثير تصورات شبقية لا تقيم للعفة وزنًا أو معيارًا.



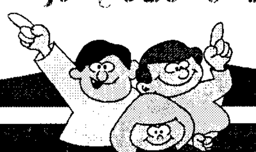


الشباب والحب

إن رد الفعل تجاه هذا الحب يختلف من شخص لآخر، وتنبع أهمية رد الفعل هنا من حساسية المرحلة العمرية التي يقع فيها الأبناء في الحب وهي فترة المراهقة والتي يترتب عليها مستقبل الإنسان، فإما أن يصبح إنسانًا صالحًا أو يصبح طالحًا.

ويقوم الحب على فئات عمرية، وهي الحب بين الولد والبنت، الحب بين الشاب والفتاة، الحب بين الرجل والمرأة، والحب الجميل هو النوع الأخير، فإذا كانت نية الزواج موجودة فيه وواضحة المعالم، فإن الحب شيء رائع في هذا المكان، أما الحب الخفي فلا نقبله، فهناك مثل كويتي يقول "لا تبوق.. ولا تخاف"، فإذا كانت ابنتي في سن تسمح لها بالزواج وهناك شخص من عائلة مرموقة وعلى خلق ودين وأرادها هذا الشخص للزواج وبدأت العلاقة بنوع من المودة، فأنا مع هذا الأمر، وإن كنت أؤيد الحب الذي يأتي بعد الزواج، فالحب بعد الزواج أقوى لأنه يعتمد على إغفال عيوب الغير لأن "مرآة الحب عمياء" كما يقول المثل الشعبي.. فالإنسان في وقت الحب لا يرى إلا مزايا الشخص الذي يحبه حتى لو وجد عيوبًا يحاول بينه وبين نفسه أن يغطيها أما الحب بعد الزواج فيكون واضحًا..

الحب بين الشاب والفتاة يكون في غالبه حب رغبة ونزوة، فهو يأتي باندفاع الشهوات أكثر من العقلانية، وليس بالضرورة أن تكون الرغبة الجنسية هي



الباعث بل قد تكون رغبة بين الشاب والفتاة للتحدث، ويعتقد كل طرف أنه حب وهو ليس بحب، وإنما اتباع للرغبات والشهوات، وهذا نتيجة لطبيعة التربية في كثير من البلدان.

إن قضية الحب بين الجنسين سواءً بمنظوره الصحيح أو الخاطئ هي نتيجة وليست بداية، فالحب قيمة يتشكل منها ٨٠٪ عندما يصبح الطفل عمره ٦ سنوات و٢٠٪ تتشكل إلى سن ٢٠ سنة.. ثم يعيش الإنسان بعد ذلك مرحلة التطبيق أو التغيير.

لذلك يجب أن يستعد الآباء لمواجهة مثل هذا الموقف. وذلك بجو عائلي مميز من الديمقراطية والحوار والجلسات العائلية التي فيها حب وضحك ولعب ونقاشات.

يجب أن يعوّد الآباء على طرح الحوار بين أبنائهم وسماع آرائهم وأخذ رأيهم في أمور لو أخذنا بآرائهم فيها لن تحدث مصيبة، وإعطائهم مساحة من الحرية في انتقاء ملابسهم، شرط أن تكون محافظة على الضوابط والتقاليد التي نتبعها، ففي يوم من الأيام سيكبر الطفل وسيشعر باحتياج لأن يحب طرفًا آخر، وسيشعر بالثقة بالنفس عندما يتعين عليه أن يخبر والديه، لكن متى يرفض أو ترفض التعبير عن هذا الأمر؟ عندما تكون هناك مسافة بينهم وبين الآباء، وهذه المسافة سببها الرئيسي أنهم نشأوا في بيت ليس فيه مقدار كاف من الحوار والجلسات العائلية، ومن المهم جدًا وجود الأب في الجلسات، لأنه في بعض الحالات المتأخرة يكون الحاسم للموضوع وليس الأم.

وإذا كان الأمر متأخرًا، وغاب الحوار عن الأسرة ووقع الأبناء في الحب.. فما العلاج؟

إذا كان الشاب أو الفتاة لديها استعداد للنقاش والحوار نفتح معهم باب الحوار، أما إذا كان هذا الشخص لدية سياسة My way or the highway بمعنى أن هذا رأيي وأنتم لا تفهمونني، ولا يوجد في البيت أحد يعيش معي، فإن هذا الشخص يجب التعامل معه بأسلوب القوانين الأقوى والأكثر صرامة، فالحوار هنا لن يجدي مع شخص غير قابل للحوار، ويجب أن يقال له: هذه عاداتنا وتقاليدنا، وهذه هي المساحة المسموح بها، تريد أن تحب ضعها في مقاييسها الصحيحة.

ونشير إلى الخطوات التي يجب أن يتبعها الآباء عندما يواجهون مثل هذا الموقف في مرحلة المراهقة المتأخرة:

أولًا: قبل أن يأخذ الأب والأم أي رد فعل.. يجب مراعاة مستوى الشاب العمري، فيعيش الوالدان كلامه، ويعيشان هواياته، ويريان اهتماماته، يريان ويسمعان ما يدور حوله، يشعران بمشاعره في سنه هذه، لأن الناصح إذا لم ينزل إلى عمر الأبناء ستكون نصيحة شخص لا يعرف ما يحدث عبر الإنترنت وغرف المحادثة (الشات) والرسائل (المسجات)، وما يحدث في السوق حولهم، وبالتالي ستكون النصيحة عبارة عن كلام تنظيري يدخل في الأذن اليمنى ويخرج من الأذن اليسرى، وهذا ما كنت أود أن يفعله الآباء قبل أن يكتشفوا أن أبناءهم يحبون، وهذا ما نسميه بالوقاية.

ثانيًا: يجب على الآباء أن يبدأوا بمعرفة المتع التي يحققها أبناؤهم في هذه العلاقة، وما الذي يعجبهم في هذه العلاقة، ومحاولة خلق متع مماثلة في مكان آخر بديل.

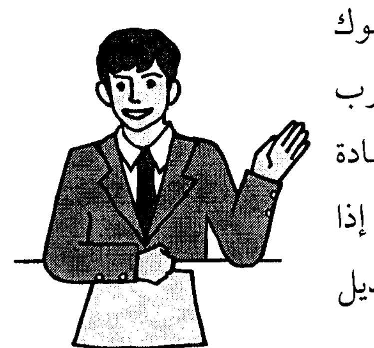
ثالثًا: يجب أن نعرف لماذا اتجه الابن لهذه العلاقة، وممَّ يهرب.

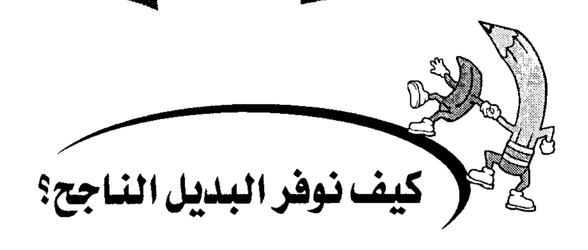
ففي مفهومنا في علم النفس أن أي سلوك يسلكه الإنسان له أحد سببين:

إما هربًا من ألم أو بحثًا عن السعادة، أو الاثنين معًا.. فيجب على الآباء أن يبدأوا بالتحليل وأن يروا المتع التي يحققها الأبناء في هذه العلاقة ويبدأوا بتدوينها (الشعور بالحرية، الشعور بالمغامرة، الشعور بالشخصية، الشعور بالكبر، الشعور بالمتعة، تحقيق رغبة جنسية موجودة عند المراهقين مختلفة عن العملية الجنسية التي يفهمها الكبار.. إلخ).

وعندما أفهم كل هذه الأمور سأستطيع أن أوصل لابني أن هذا الأمر عيب لا يجوز وسيتقبل مني ذلك.

وفي الوقت نفسه أستطيع أن أخلق له البديل الناجح، فأي إنسان مستعد أن ينتقل من سلوك لآخر بشرط أن يحقق له السلوك الآخر المتع نفسها.. وأن تكون الأمور التي يهرب منها غير موجودة.. ويجب أن يكون عنده زيادة فلكي أطلب من ابني أو ابنتي أن تقطع العلاقة إذا كانت غير سليمة، فيجب أن أوفر البديل الناجح..





كيف نوفر البديل الناجح؟

يجب أن يكون البديل موجودًا من خلال علاقات جيدة مع زملاء وأصدقاء موجودين.. فإذا لم يكن هناك هذا الشيء والأب مشغول.. ففي هذه الحالة لا يوجد حل، ستبقى الأسرة تفرض رأيها ويستطيع الأب أن يفرض قانونه دون جلسات حوار وتكثر قائمة الممنوعات، ولكن ما النتيجة؟



وللآباء كلمة إذا حدثت مشكلة ولم يعد الأب أو الأم يعرفان كيف يتعاملان مع ابنهما أو ابنتهما، ففي هذه الحالة يجب أن يلجآ إلى استشاري لعمل جلسة حوار يجمع فيها الأب والابن.. وليس بالضرورة أن يكون هذا الاستشاري حاصلاً على دكتوراه في علم النفس، وإنما قد يكون الجد أو الأم ليكون حلقة وصل.

* * *



كيف تعد طفلك للبلوغ؟

إن موضوع التربية الجنسية أمر يجب التعامل معه بقدر متوازن من الاهتمام مع عدم إثارة الفضول لدى الأبناء في نفس الوقت، فيجب عدم تركه أو حظره بالكلية بحيث يصبح مصدر معلوماتهم من غير الموثوق بهم من الأصدقاء أو الجيران.

وفي نفس الوقت يجب عدم التوسع في تناوله بشكل يثير مزيدًا من الفضول، فما زاد عن حده انقلب إلى ضده.

وحين تبلغ البنت عشر سنوات، وهي سن مناسبة لبداية الحديث عن التغيرات والتطورات الفسيولوجية التي ستبدأ الفتاة في استقبالها في شهورها وأيامها القادمة، لكيلا يصيبها منها الفزع أو الاضطراب.

ولكن هناك نقطة غاية في الأهمية، وهي أن الأم هي المنوط بها فتح مثل هذه الموضوعات مع الفتاة وليس الأب، فالأب يمكنه التعامل مع ولده في هذه الأمور، أما الفتاة فصديقتها ومعلمتها لمثل هذه الأمور هي أمها أو من تقوم مقامها من خالة أو عمة أو معلمة في حالة غياب الأم لأي سبب من الأسباب.

وتبدأ الأم في الحوار الهادئ مع الابنة حول ما سيحدث بجسدها من تغيرات كظهور بعض الشعر في بعض الأماكن من جسمها، وتغير سريع في معدل نموها، وطول قامتها، وبروز ثدييها، وهو ما يعني بداية لفترة جديدة

تستلزم الاستجابة لأحكام التكليف، وهو ما يعني الالتزام بالآداب في الحديث والاختلاط بالناس، فلم تعد بعد طفلة، بل أصبحت فتاة كبيرة جميلة لها احترامها وحياؤها الذي يزينها، ووضعها الذي ينبغي أن تحافظ عليه مع الناس.

كما يجب التأكيد على كون هذه الفترة بداية للتكليف الذي يستلزم منها الحفاظ على أداء الفرائض بكل انتظام ودون تفريط من صيام، وصلاة، وحجاب، وغيرها.

كما يجب الحديث معها حول ما سيطرأ على مشاعرها من تغير تجعلها أكثر حساسية وأكثر ميلًا أو نفورًا للجنس الآخر، وما يجب أن تعلمه جيدًا أنها مشاعر مؤقتة مر بها الجميع، لكنها تمضي إلى حال سبيلها، ويجب ألا تصدق أو تتطور؛ لأنها ليست حقيقية أو ناضجة.

كما يجب إخبار الأم بكل ما تتعرض له الابنة من مواقف ومشاعر، فهي على أعتاب مرحلة هي عبارة عن مشاكل حلولها الصداقة، مرحلة تحتاج منكما أن تكونا لها (آذانًا مصغية) كما تحتاج شأنها شأن كل من في هذه المرحلة إلى الإعلام الجنسي وثقافة الاستعفاف.

✍ ونؤكد مع الأم على الأمور التالية:

١- يجب أن يسود على كلامك مع الابنة بشأن هذه الأمور الشكل العلمي للحديث.

٢- يجب أن يمزج الكلام دائمًا بالروحانيات كحكمة الله سبحانه وتعالى في خلقه، ورحمته في الإعداد المتدرج للإنسان لتحمل المسئولية، وعظمته

في حفظ النوع والنسل؛ ليظل الأمر في إطار العلم والتفكر ولا ينحو الحديث نحوًا آخر.

٣- يجب عدم التوسع في سرد تفاصيل، ويستحسن أن تدار الأحاديث على شكل أسئلة وأجوبة، فتسأل الابنة وتجيب الأم على قدر السؤال دون توسع، مع تحري الفطنة هل اكتفت الابنة بالرد أم هي في حاجة لمزيد من التفاصيل أم أنها يمنعها الخوف من السؤال.

٤- يجب عدم التبرع بفتح موضوعات دون الرغبة الملحة من الابنة في معرفتها أو دون وجود حاجة لفتحها في الوقت الحالي.

٥- يجب التدرج في توصيل المعلومات على حسب السن وما تريد الفتاة أن تعرفه، ففي سنها الحالية يكفي الحديث عن البلوغ المحتمل، وفيما بعد يمكن الحديث عن حكمة الله عز وجل في الأمومة، ثم فيما بعد عن خلق الإنسان من نوعين مختلفين (الذكر والأنثى)؛ ليكون للمخلوق أب قوي مدافع وأم حنون تحتويه، وأن هذا يحدث بشكل معين يعلمه الله للناس حين يحين أوانه، مع التأكيد على كون الحديث بشكل علمي ممزوج بالدين.



الوالدان الكريمان.. أسعدكما الله تعالى بالابنة الغالية، وأعانكما على تربيتها في زماننا الصعب.. فلا تنسيا أن تكثرا الدعاء لها بما دعت به امرأة عمران لابنتها مريم أن يعيذها الله وذريتها من الشيطان الرجيم.

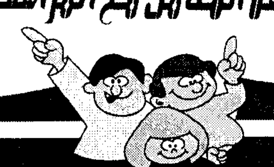


غياب التربية الجنسية

في إحدي الدراسات لمجموعة من الشباب تتراوح أعمارهم ما بين ١٤ – ١٦ سنة، اتضح أن ٩٩.٨٪ منهم يشاهدون أفلامًا أو لقطات جنسية يوميًا، في حين أكد المراهقون أنفسهم بنسبة ١٠٠٪ أنهم يشاهدون تلك الأفلام خارج المنزل.

ومن أهم أسباب ذلك ضعف الوازع الديني لدى المراهقين، والناتج عن ضعف التربية المنزلية التي فشلت في تعزيز خلق الرقيب الذاتي، وكذلك عدم المصارحة والشفافية والحوار بين الأب وأبنائه في أمور الحياة ومنها النواحي الجنسية، وانشغال كثير من الآباء بالدنيا، والاهتمام بالتغذية الجسدية – الأكل والشراب – على حساب التغذية الروحية والعقلية، وكذلك تأثير ثقافة الإعلام المعاصرة والفضائيات المفتوحة التي تتدخل في تشكيل فكر وشخصية المراهق بصورة مباشرة، من خلال ما يتلقاه من صور ومشاهد خليعة في عدد من القنوات وما شابه، إضافة إلى تقصير كثير من الخطباء في معالجة القضايا الاجتماعية المعاصرة، وآثار السفر إلى الخارج، إضافة إلى تقصير المنهج المدرسي الذي يفتقد الوضوح والشفافية حول الثقافة الجنسية، وعدم وجود مؤسسات اجتماعية تهتم بحل مشاكل الشباب واحتواء أفكارهم، ومنها المشاكل الجنسية.

إن هذه المشكلة لها آثار بالغة على المجتمع والأمة، حيث تتسبب في إخراج جيل مهزوز الشخصية، يتلقى ثقافته من بيئة هابطة هي الفضائيات المجوجة



والساقطة، وكذلك فقدان الغيرة، حيث يتبلد إحساس الشاب تجاه دينه وأهله ونفسه جراء استمراء مشاهدة تلك الأفلام الخليعة، وتفشي الرذيلة في المجتمع، حيث يبدأ الشباب بنين وبنات في البحث عن وسائل لإفراغ شهواتهم وإشباعها من خلال طرق محرمة شرعًا، وكذلك استغلال هؤلاء المراهقين ماديًا حيث يصطادهم مروجو الأفلام الخليعة ويبيعونهم هذه الأفلام بأسعار غالية، مما يضطر بعضهم إلى السرقة من المنزل أو من خارجه.

ويبين اختصاصيون أن الدين الإسلامي أكد على تعليم الأبناء أفضل أساليب السلوك في الحياة، بما فيها التربية الجنسية التي تندرج بأهميتها ضمن التأديب، بحيث يتلقى الأبناء، ذكورًا وإناثًا، القدر المناسب من الثقافة الجنسية، بما يتوافق ومراحل السن ومستوى الثقافة والوعي، وينسجم مع أعراف العصر وعاداته وتقاليده.

ويحمّل الإسلام الأبوين مسؤولية مصارحة الأولاد في هذه الأمور المهمة، حتى يفهموا ما يتصل بحياتهم الجنسية فهمًا دقيقًا، إضافة إلى ما يترتب على ذلك من واجبات دينية وتكاليف شرعية، وعليه يجب أن تبدأ المصارحة بين الوالدين وأبنائهما في المسائل الجنسية مبكرًا، حتى يصبح الأمر طبيعيًا ومتدرجًا، وذلك بهدف إبعاد الأكاذيب والصور المغلوطة التي قد يتلقونها من مصادر جاهلة ومشبوهة تسيء إلى فهمهم ورؤيتهم للعلاقة الجنسية، على أن يتم التعامل معه عقلًا ووجدانًا وعملًا وفق المبادئ والأصول الصحيحة التي وضعها وقدّرها الخالق عز وجل.



ومن الآثار السلبية للجهل الجنسي وغياب الثقافة الجنسية في حياة أبنائنا – وللأسف – البحث عن وسائل إشباع للغريزة الجنسية بين الشباب المراهق بطرق غير شرعية أو شاذة، مما يتسبب في تفشي الرذيلة في المجتمع، وكذلك النفور بين الزوجين نتيجة للنظرة السلبية المسبقة أو الممارسة الخاطئة، والبرود العاطفي في العلاقة الناتج عن عدم تحقيق الإشباع النفسي والجسدي الكامل، والبحث عن بديل للشريك إما بالانفصال أو بالزواج مرة ثانية، أو اللجوء إلى إنشاء علاقات محرمة خارج إطار الحياة الزوجية، ونشوء سلوكيات سيئة تؤصل للعدائية وحب الانتقام من الطرف المتسبب في الضرر وإلحاق الأذى به جسديًا ومعنويًا، والإصابة باضطرابات عصبية وسرعة الغضب والانفعال، وقد تتطور إلى الكآبة والانطواء والعزلة الاجتماعية القاتلة.

فتح باب الحوار

ولنا وقفه مهمة وهي أن إصلاح الذات لا يتحقق إلا بإصلاح الفكر، والذي يشمل أفكار المرء عن الله وعن الدين والعقيدة وعن نفسه وعن الآخرين، فالتحديات التي يواجهها الشاب في دائرة وقوعه في مشاهدة المقاطع الإباحية تستدعي تضافر الجهود، والوقوف ضد ما تقدمه القنوات الفضائية والوسائل الإعلامية المقروءة والمرئية والإنترنت السلبية..

وهنا تأتي المسؤولية الاجتماعية لمن تولى أمور التربية والإعلام والمجتمع، حيث يتطلب الأمر فتح باب الحوار داخل المدارس، وترسيخ مبادئه، ونشر وجهة نظر التربية الإسلامية في معالجة النواحي الجنسية للصغار والكبار،

والتأكيد على أساليب التلميح للصغار، والتصريح للشباب في النواحي التي تتعلق بالجنس، وكذلك التفعيل الحقيقي لمراكز الأحياء، وإعداد المربين لمخاطبة فئة الشباب، وتعيين لجان لرعاية برامج الشباب في المجتمع، وتنظيم أنشطة كمعارض وزيارات ميدانية لعيادة الأسرة، والتعرف على الأمراض الجنسية وأعراضها وآثارها، وتفعيل مبدأ الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر في المجتمع.

تعزيز الجانب الديني

لم تواكب التربية الأسرية تسارع المدخلات الثقافية العصرية كما ينبغي، بل تأخرت عن التعامل معها كوسيلة تقنية يجب مراقبتها والاستفادة منها وفق ما تقتضيه الضرورة، فالبلوتوث مثلاً من أهم وسائل الاتصال الرقمي الذي يتطلب التعامل معه ديناميكية لا تتفق والأساليب التقليدية التي ترتكز على المنع وتنفيذ العقوبات، فتتخذ آلية في تنمية التربية الذاتية وخلق شخصية واعية تمتلك أدوات التمييز والفحص الواعي والبناء السلوكي السليم المرتكز على القيم المتزنة.

وهذا يتحقق من خلال احتواء الأبناء منذ نشأتهم وتكوين علاقات إيجابية وحميمة معهم، وتنشئة روح التواصل الثقافي والحوار بين أفراد الأسرة، فتكون بالتالي قناة التواصل مع الأبناء متينة ومؤثرة، كما أنه من الضروري المتابعة المستمرة والدقيقة للأبناء وبأساليب متنوعة ومختلفة وغير مباشرة.



من المهم أن تتبنى الأسرة تعزيز جانب الوازع الديني في الأبناء فهو الحصن المنيع من كافة السلوكيات السلبية والانحراف الخلقي، وكذلك اكتساب المعرفة الكافية في مجال خصائص النمو النفسية والعقلية لدى الأبناء لتحسن الأسرة التعامل مع الأبناء بمختلف مراحلهم العمرية.





متغيرات نفسية وجسمية

تعتبر هذه الفترة من عمر المراهق من مراحل النمو التي يعيش خلالها المراهق متغيرات جسمية ونفسية ناتجة عن التغيرات الفسيولوجية التي تخدم عملية النمو لديه..

وفي هذه المرحلة العمرية يكون المراهق شديد الحساسية وسريع الاستثارة بصورة عامة، واطلاعه على المقاطع الجنسية الصريحة أمر مثير جدًا يدفعه بقوة إلى الإشباع الفوري غير السوي لهذه الحاجات النفسية والجسمية، مما يترتب عليه أضرار، وربما أمراض نفسية وعضوية لا يدرك المراهق آثارها في حينها..

ومن شأن هذه الظاهرة إحداث خلل اجتماعي كبير، حيث قد تدفع المراهق إلى ممارسة سلوكيات شاذة وارتكاب مخالفات أخلاقية منافية للدين والقيم، مثل الاغتصاب، والزنا، والشذوذ، وغيرها من طرق إشباع الرغبة الجنسية الشاذة أو غير الشرعية.

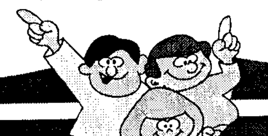
والمراهقة مرحلة فاصلة بين العمل والدراسة، ويتمتع فيها المراهق بطاقات هائلة جدًا، لا يعرف فيها التعب أو الملل، فيجب على الجهات المسؤولة عن الشباب والتربية والتعليم وشؤون المجتمع والمجالس البلدية أن تجعل هؤلاء الشريحة في أولويات الاهتمام حماية للمراهق والمجتمع، واستثمارًا لتلك الطاقات وخدمة للوطن.



ومن أسباب ملاحظة هذه السلوكيات السلبية عدم وجود أساليب لاستثمار تلك الطاقات الشابة بأنشطة تستهدف خدمة المجتمع بالدرجة الأولى، لأن هذه الأنشطة هي التي تستهوي المراهق والشاب بصورة عامة، وعدم استثمارها يعد إهدارًا لطاقة الشباب، والتي تصبح طاقة مهدرة سلبيًا، فطاقات المراهقة تتسم بالقوة والحيوية التي لا تعرف الملل، وتحتاج إلى إشباع واستثمار، بما يخدم المراهق وحاجاته النفسية والجسمية، ولكن أهملت هذه الطاقات فظهر لدينا الاستخدام السلبي للتقنية، وأصبحت المقاهي والاستراحات والشوارع والمجمعات التجارية الملجأ الرئيس الذي يحتضن هؤلاء المراهقين نتيجة الفراغ.



* * *

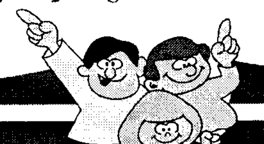




ثقافة مخالفة ومفاهيم خاطئة

تعتبر مشاهدة الأفلام والصور الجنسية مشكلة اجتماعية خطيرة جدًا لدى المراهقين، حيث تؤسس لثقافة جنسية مخالفة للدين والفطرة، وبالتالي تنتشر بسببها ظواهر جنسية مناقضة للفطرة كالشذوذ الجنسي، أو مفاهيم خاطئة لعملية الجماع الحلال بعد الزواج، حيث يجد الشاب نفسه تائهًا بعد الزواج بين ما اكتسبه من ثقافة جنسية في سن المراهقة من الأفلام، وبين الواقع الذي يعيشه في صورته المحترمة، فالمراهق يحب اكتشاف وتجربة كل شيء وخاصة الجنس الذي يصنف أقوى الأحاسيس لديه، ونظرًا لأن إحساسه غير منظم، فالشاب المراهق يفتخر بين من هم في سنه بكل ممارساته بما فيها الجنسية؛ لأنها مقياس الرجولة من وجهة نظره، وحتى لو اكتشف أمره فإنه يعتبر نفسه رجلاً، وفي نظر أمثاله بطلاً.

إنه من خلال رصد ومتابعة الطلاب أثناء سير العام الدراسي حول هذه المشكلة فإن جوالاتهم تكاد تخلو تمامًا من أي مشاهد خليعة أو صور، بل حتى المقاطع الغنائية تجدها في حدود ضيقة جدًا، فالطالب يخجل أن يوجد في جواله مثل هذه المواد المخلة بالآداب، وربما يحتاطون لمثل هذه المواقف.



وعن أهم وسائل العلاج لهذه المشكلة فإن العلاج يكمن في التوعية الجنسية، من خلال شرح المفاهيم الدينية الصحيحة، وإيضاح الفرق بين صورة الالتزام، والتحرر عن طريق المقارنة بين واقع المفهوم الإسلامي وحقيقة الإباحية الغربية، هذه المقارنة التي ستعزز نتائج العلاج، فعندما يتيقن الشاب بأن المرأة حياء وحشمة، وعندما تنزع الحياء والحشمة تصبح لا قيمة لها وهذه هي الفطرة السليمة، فالراقصة العارية لا يمكن أن يرضى بها أحدنا زوجة له.

كما يجب علينا استثمار قنوات التواصل التقنية المنتشرة في عالمنا المعاصر، مثل رسائل الجوال التي تعزز القيم النفسية والدينية والاجتماعية، وكذلك (الإيميلات) أو الرسائل الإلكترونية، إضافة إلى عقد اللقاءات المباشرة لمناقشة مثل هذه الأمور، واستثمار لغة الحوار بين الآباء والمدرسة من جانب والمراهقين من جانب آخر.

وكذلك الاستفادة من وسائل الإعلام الهادف لتوعية المجتمع بمفاهيم التربية الجنسية، ومناقشتها بلا خجل، وتأصيل الفطرة السليمة في نفوس أبنائنا.



إن المسؤولية مشتركة تقع على أولياء الأمور، والجهات ذات الاختصاص في رعاية شؤون الشباب، في التربية والتعليم والثقافة والإعلام.





الخوف والخجل

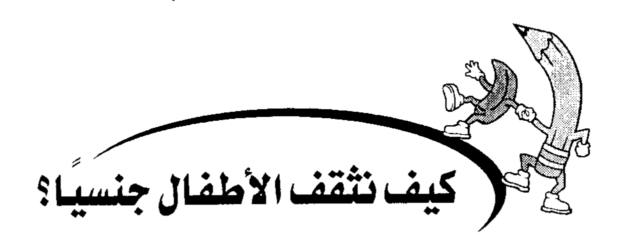
من أسباب انتشار هذه الظاهرة الخوف والخجل من مناقشة هذه القضايا مع الأبناء، مما يدفعهم للتعرف عليها بطريقتهم الخاصة ومن أشخاص غير مؤهلين وغير مسؤولين.

كما أن طبيعة عمل ولي أمر الطالب وضعف الرقابة، وطبيعة المجتمعات المدنية المفككة مقارنة بالمجتمعات القروية، وسوء التعامل مع مخرجات المد الفضائي والإنترنت ووسائل الاتصال الحديثة تأتي في مقدمة أسباب ضعف التربية الجنسية، وظهور المفاهيم الخاطئة لدى المراهق والمجتمع بصورة عامة.

ويجب أن تتضافر الجهود لطرح هذه القضايا بأساليب متدرجة، وحسب المراحل العمرية في المناهج الدراسية، وتفعيل مجالس الأحياء لتقوية الروابط بين الأفراد تعزيزًا للرقابة الاجتماعية.

أيضًا من أهم أسباب ظهور هذه السلوكيات في حياة شبابنا ضعف إحساس الخوف من الله، وفشل الأسرة في شغل أوقات فراغ الشباب لأن النفس إذا لم تشتغل بما هو صالح انشغلت بما هو فاسد، فـ "الفراغ والجدة مفسدة للمرء أي مفسدة"..

وعليه فإنه يتوجب تفعيل دور الأندية الرياضية، وأندية الأحياء لاحتواء الشباب، واستثمار أوقات فراغهم بما هو أنفع لهم ولمجتمعهم، فالمشكلة في صلبها تقوم على وجود فراغ، وللتخلص من نتائجه السلبية لابد من ملء الفراغ بما هو أنفع للشباب والأمة.



كيف نثقف الأطفال جنسيًا؟

إن الطفل ورقة بيضاء تكتب الأيام عليها المعلومات والخبرات التي تترسب مع مرور هذه الأيام، وتتراكم لتبني سلوكيات وشخصية هذا الطفل في المستقبل.

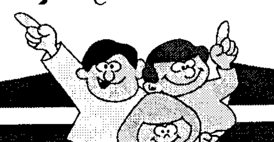
وقد نتفق أن ما بني على باطل فهو باطل، وإذا كانت المدخلات سيئة فالمخرجات حتمًا ستكون سيئة. ومن هنا تتولد لدينا أهمية كبرى لمثل هذه المواضيع وتزداد أهميتها مع وجود مفهوم العيب في أعرافنا وتقاليدنا مما يحول دون طرحها بشكل علني ودون أي إحراج.

ولكن ولأننا نبحث عن الأفضل لأمتنا فنحن مطالبون بتكسير القيود وهدم الأسوار التي تكون عائقًا من عوائق تطور هذه الأمة ما دمنا لم نتجاوز حدود وإطار التشريعات الإسلامية، والتي نقف احترامًا لحدودها ونعتز بانتمائنا لها.

وتكمن أهمية هذا الموضوع فيما يلي:

١- محدودية خبرات الطفل والتي تُبنى من المعلومات الناقصة للجنس لديه، وهو ما ينعكس على سلوكه وشخصيته.

٢- أثبتت أغلب الدراسات النفسية والسلوكية أن هناك علاقة طردية بين المشاكل الجنسية والمشاكل النفسية.



٣-من الممكن أن تُزرع فكرة الإلحاد في ذهن الطفل ما لم يعرف كيف أتى لهذه الدنيا.

٤-أحد أسباب الطلاق النقص في الثقافة الجنسية لدى الزوجين.

٥-إمكانية تعرض الطفل إلى تحرش جنسي دون أن يعرف ما يدور حوله.

٦-أظهرت الدراسات أن نسبة كبيرة من الشذوذ الجنسي (أو ما يسمى بالجنس الثالث) تعرضوا إلى تحرش جنسي في صغرهم.

٧-اختلال مفهوم الجنس لدى الأطفال أحد أسباب الجرائم والمبنية على الانتقام من المجتمع كأحد أشكالها.

٨-عدم مناقشة هذا الموضوع وإعطائه حقه من البحث والنقاش قد يفاقم المشكلة.

* * *



معلومات للذكور والإناث لابد من لفت النظر إليها

التبدلات العاطفية خلال البلوغ

إضافة للتبدلات التي يلاحظها المراهق على جسمه، سيلاحظ أيضًا تبدلات مهمة في مشاعره تجاه كل ما حوله، فسيبدأ بالاهتمام برأي الآخرين فيه، وسيحب أن يكون مرغوبًا ومحبوبًا، وستبدأ علاقاته مع الآخرين بالتغير، وسيجد أن أشخاصًا قد أصبحوا مهمين بالنسبة له، وآخرين أقل أهمية، وقد تزداد رغبته بالاستقلال عن والديه وتقوية علاقته بأصدقائه، والأهم من ذلك أنه سيكون عليه اتخاذ قرارات مهمة في حياته كلها!



والكثير من المراهقين يقلقون حول تغيرات جسمهم! هل أنا طويل؟ هل أنا قصير؟ هل أنا سمين؟ هل أنا نحيل؟ هل يسخر مني رفاقي؟

يجب أن يعلم المراهق أنه لا يجوز مقارنة التبدلات التي تحدث لمراهق مع تلك التي تحدث لآخر! سواء في النمو الجسمي أو التطور العاطفي، وأنه لكل شخص خصوصيته وتطوره المتميز، وأنه في النهاية سيصبح الجميع أشخاصًا بالغين راشدين متشابهين في أشياء ومختلفين في أخرى.

ماذا عن الجنس؟

قد يشعر المراهق بأن دقات قلبه قد تسارعت عندما ينظر إلى شخص ما من الجنس الآخر أو عندما تلمس يده عن غير قصد أو حتى عندما يفكر في ذلك مجرد تفكير!

وقد تترافق دقات قلبه السريعة مع إحساس غريب بالدفء أو الرعشة! وكل ذلك أمر طبيعي عند المراهقين مع بدء الاهتمام بالجنس الآخر، وقد يسأل المراهق نفسه أحد الأسئلة التالية:

١- هل يجوز لي ممارسة العادة السرية؟

٢- أيسمح لي بالتكلم مع الجنس الآخر؟

٣- إلى أي مدى يجب أن تكون علاقتي مع أفراد الجنس الآخر؟ وماذا عن ممارسة الجنس!!

٤- أرغب في أن يكون لي صديقة أو أن أعيش قصة حب!!

تحكم الإجابة على هذه الأسئلة عدة أمور: الأسرة، المجتمع، الأخلاق، الدين، وأمور أخرى، وعلى أية حال ننصح بأن تكون الإجابة على هذه الأسئلة كما يلي:

جواب السؤال الأول: سنفرد الحديث عنه.

جواب السؤال الثاني: يفضل أن تكون العلاقات ما بين الجنسين في فترة المراهقة ضمن حدود الزمالة والأمور المهنية بحيث لا تتعدى مناقشة الأمور في المدرسة والحياة اليومية العامة.



جواب السؤال الثالث: يجب أن تكون العلاقة كما سبق، أما عن ممارسة العلاقات الجنسية غير الشرعية فهذا أمر خطير جدًا، وعليك كمراهق ألا تحاول ذلك أو تفكر به، لأن مفاهيم المجتمع العربي والمسلم تختلف عن تلك في المجتمع الغربي..

وتذكر أنه من يرتكب هذه الجريمة يكون قد ارتكب إحدى الكبائر في الإسلام، ويكون قد ارتكب جريمة اجتماعية، عدا عن إمكانية تطورها نحو الشذوذ واحتمال إصابة الطرفين بالأمراض المنتقلة عن طريق الجنس وخاصة الإيدز..

ومن يقبل أن يمارس الجنس معك بطريقة غير شرعية، يقبل أن يمارسه مع شخص آخر بنفس المبرر! فهل تقبل ذلك لنفسك وهل تضمن سلامته من الأمراض الخطيرة؟

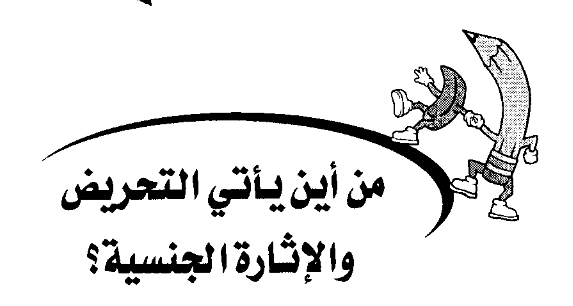
إضافة لإمكانية حدوث الحمل غير الشرعي، وما يترتب على ذلك من نتائج ومسؤوليات مثل إنجاب طفل غير شرعي أو اللجوء إلى الإسقاط الجنائي (هل تتوقع أن يكون عمرك ١٦ سنة مثلًا ولديك طفل غير شرعي؟! أو أن تكون مصابًا بالإيدز لا سمح الله!!).

ولا تهتم بما تشاهده في المجلات أو التلفزيون من تشجيع على الانحراف، وتذكر أن هذه البرامج غايتها الربح التجاري فقط ويقف وراءها أعداء حقيقيون، وأن متعة ممارسة الجنس لا تكون إلا مع الشريك الشرعي بعد الزواج.



جواب السؤال الرابع: يجب أن تعلم كمراهق أنه مـن المبكـر الحـديث عـن هذه الأمور، وأن هناك أوليات أكثـر أهميـة في حياتـك، مثـل تـأمين مـستقبلك وشهادتك الجامعية، وإذا تعمدت البحث عن قـصة حـب فلـن تجـدها، ولكـن اترك هذا الأمر للحياة، وستجد أن الله تعالى قد هداك لشريكة حياتك في الوقت المناسب، فأمامك الحياة الجامعية والحياة المهنية، وهي أكثر المجـالات التـي يجـد فيها الشباب شركاءهم في هذه الأيام.

* * *



من أين يأتي التحريض والإثارة الجنسية؟

١- من وسائل الإعلام:

حيث تقوم الصحف والمجلات والتلفزيون بتصوير الجنس والممارسة الجنسية على أنها أمر عادي ولا يحمل أي خطورة، وهذا هو عكس الواقع طبعًا حيث تحمل هذه الممارسات خطورة كبيرة ولأن الهم الوحيد لتلك الوسائل هو الربح فمن المهم عدم التأثر بها، والابتعاد عن هذه المثيرات، لأن الكثير من المراهقين انتهى بهم الأمر إلى الشذوذ نتيجة تعلقهم بمجلات أو قنوات تلفزيونية هابطة.

٢- من جسم المراهق نفسه!

من الطبيعي أن يشعر أي مراهق بالرغبة الجنسية بسبب الإفرازات الهرمونية، وهذا أهم عنصر من عناصر البلوغ، ولكن من المهم أن تسيطر أنت على هذه الرغبات ولا تتركها هي لكي تسيطر عليك!

وتذكر أن الجنس وحده ليس الطريقة الوحيدة التي تعبر بها عن مشاعرك تجاه الجنس الآخر، وهناك طرق أخرى لصرف هذه الطاقات مثل ممارسة الرياضة والمشي وتناول الغذاء الصحيح والتخطيط للمستقبل وأن تكون واثقًا من نفسك، وأن الرجولة ليست بإقامة علاقات مشبوهة وعابرة.

٣- من الأصدقاء:

قد يتباهى أحد الأصدقاء أمامك بأنه قام بكذا وكذا (وغالبًا ما يكون كاذبًا).. وقد تشعر لبرهة برغبة قوية بتقليد هذا الشخص! ولكن تذكر المخاطر التي تحملها هذه الممارسات، وأن متعة لحظات قد تهلك شخصًا وتنقل له أمراضًا خطيرة وقد يحدث حمل غير شرعي مع ما لذلك من أخطار، وأن الإنسان المتوازن هو من يسيطر على شهواته ويحكم عقله ودينه وأخلاقه قبل التورط، وننصحك بالابتعاد عن هؤلاء الأصدقاء، والتمتع بحياتك دون أن يكون لديك طفل غير شرعي أو مرض مميت!!

❋ ❋ ❋



العادة السرية أو الاستمناء

يثير موضوع العادة السرية قلق الكثير من المراهقين والآباء والأمهات، وقد يكون أثرها النفسي على المراهق أكبر من أثرها العضوي.

تعتبر العادة السرية أمرًا طبيعيًا من الناحية الطبية في سياق البلوغ وممارستها لا تحمل أي خطر إذا كانت في الحدود الطبيعية ودون إفراط.

ففي الولايات المتحدة بلغت نسبة المراهقين الذكور الممارسين للعادة السرية ٩٠٪ ومن الإناث ٥٠٪.

رأي الشريعة الإسلامية:

يرى علماء الإسلام أن العادة السرية ممنوعة إلا في حالة واحدة إذا خشي الشاب على نفسه ارتكاب جرم الزنا، عندها قد يلجأ إلى العادة السرية للتخفيف من شدة الرغبة الجنسية عنده.

المخاطر الممكنة للإفراط في ممارسة العادة السرية:

- سرعة القذف في المستقبل.
- القلق والتوتر النفسي.
- عدم استمساك البول عند الانتهاء من التبول (استمرار تنقيط البول).

- انحراف الشهوة الجنسية أي عدم الاستمتاع بالممارسة الجنسية الطبيعية مع الطرف الآخر بعد ذلك!

لذلك ينصح بعدم ممارسة العادة السرية وترك الجسم يعمل بشكل طبيعي أي أن العادة السرية ستحدث تلقائيًا خلال الاحتلام أثناء النوم.

* * *



برنامج عملي للتخلص من تلك العادة الذميمة

يحدد الأستاذ عمرو أبو خليل برنامجًا عمليًا وسلوكيًا للتخلص من تلك العادة الذميمة..

خطوط العلاج:

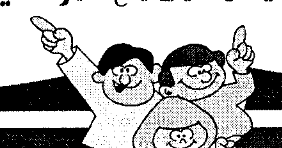
* الأمر سيأخذ جهدًا ووقتًا، وكما حدث الإدمان تدريجيًا سيكون العلاج إذن وسنحتاج إلى جهد ووقت.

* الإدمان يعني أن يكون النشاط المرضي هو محور الحياة والتفكير بما يعوق ممارسة الحياة بشكل طبيعي وإرادي، والعلاج يعني التخلص من هذا التمحور حول ذلك النشاط، ثم التوقف عن ممارسته بعد مرحلة السيطرة عليه.

- التعامل مع "الشعور بالذنب":

جلد الذات عقيم، وكذلك اللوم المستمر فإنه يدمر القدرة على البدء من جديد، ويحطم الثقة بالنفس، ويبقي الروح في مهاوي اليأس والقنوط مع أنه:

"لا ييأس من روح الله إلا القوم الكافرون" صحيح أن الندم توبة، لكن الاستمرار فيه يعني أحيانًا فقدان الأمل، وفقدان الأمل يعني التوقف عن المحاولة، بينما لو تعاملنا مع الأمر بحكمة وعمق إيمان لعرفنا أن كل الناس



يذنب، وأفضل المذنبين أسرعهم عودة، وخير الخطائين التوابون أي العائدون إلى الله – تعالى– واستمرار المحاولة هو آية الجدية، وعلامة الصدق مع الله عز وجل..

وهذه الجدية والصدق هي التي تقرب إليه سبحانه، ومن تقرب إليه شبرًا تقرب الله إليه ذراعًا، ومن أتاه يمشي أتاه هرولة.. كما في الحديث القدسي..

والنجاح المحدود والتدرج بالامتناع عن "النشاط المرضي" هو نعمة تستحق الشكر، وليس خطوة تافهة لنقلل من شأنها، والله يعرف هذا ويقدره، وينبغي أن نفعل نحن كذلك.

لكن هل امتناعك لفترة يبرر لك الوقوع بعدها؟ بالطبع لا؛ ولكنه يعني أنك أنجزت، وأنك قادر بعون الله، والقيام بعد كل وقوع هو المتوقع منك، وليس الاستسلام للقعود.

وينبغي أن تنشغل بما تطمح إليه من أهداف، وما تحققه من إنجازات أكثر، بدلًا من التركيز على المشكلة والسقطات.

وقد تحتاج خططك إلى تعديل، وقد تحتاج إلى استعدادات أكثر؛ ولذلك فإن عملية الخروج من الحلقة المفرغة: "خطأ – لوم – شهوة – خطأ" ينبغي أن تتحول إلى عملية أخرى: "مقاومة – نجاح – حفاظ على النجاح – شفاء كامل"..

فإذا حدث فشل نحاصره، ونجعله عارضًا ومؤقتًا، ونعود إلى خطتنا، هذه العملية هي أنجح سبيل لمواجهة الشعور السلبي بالذنب، فإذا حدث خطأ فكن إيجابيًا: تعلم منه ولا تستسلم له.

إن كل يوم تنجح فيه سيزيد من ثقتك بنفسك، وقدرتك على المواصلة في الغد وبعد الغد، ولتجعل همك أن تنجح "اليوم" وتركز في ذلك، ثم تكافئ نفسك "الليلة" بالنظام الذي سأبينه لك.

- **السيطرة على الأفكار:**

إدمانك يعشش في عقلك، ويحركك.. يطل برأسه في أفكارك، كما يطل مكوناته في رءوس الآخرين، لكنهم لا يهتمون بها بينما تهتم أنت، وتتابع في الاهتمام وصولًا إلى الممارسة.

ومقاومة الأفكار التمهيدية، والمقدمات الذهنية من أهم خطوط العلاج، وهذه الأفكار تتمدد في الفراغ الذي يملأ حياتك، الفراغ من الانشغالات الجذابة والنافعة، والفراغ من الأصحاب الصالحين شركاء الفرح والحزن، والفراغ من حب حقيقي يملأ جوانحك، ويسمو بروحك قد يكون حبًا في الله أو حبًا لله سبحانه، وقد يكون كليهما.

وملء هذه الفراغات من أهم خطوط العلاج، كما أن استمرارها يظل من أخطر المهيئات لاستمرار الإدمان، وحين تملأ فراغ الصحبة بأصدقاء الخير، أو فراغ الوقت بالنافع من النشاط فتأكد أنك تفعل هذا من أجل الاستمتاع به وبنتائجه، لا من أجل مجرد التشاغل والامتناع عن النشاط المرضي، فملء هذه الفراغات مطلوب على كل حال.

وعليك أيضًا أن تبرمج ما سيتبقى من فراغ في أن تقوم بأنشطة فريدة ممتعة، فالوحدة خير من جليس السوء، وهي جزء مهم من حياة الإنسان يحتاجها، وينبغي أن يتدرب على استثمارها والاستمتاع بها كجزء من حياته الطيبة..

البعض يختار الرياضة المنزلية، وآخرون يختارون التريُّض في الهواء الطلق، وعند المسلم فإن مداومة الذكر على كل حال هي خير أنيس في الوحدة، وخير جليس واقٍ من الوحشة، فتحسسْ الأشياء والنشاطات، وتعرف على الحياة جيدًا لتعرف ماذا تحب، وتشغل نفسك به.

والسيطرة على الأفكار تعني التدرب على الابتعاد عن الخطر ومقدماته، وملء الفراغ ومسبباته، وإدارة الوحدة، وقد يستلزم هذا جهدًا وتدبيرات وقائية، مثل إلغاء اشتراك القنوات الفضائية أو قطع الاتصال نهائيًا بالإنترنت..

إن الاجتهاد في جعل الوسائل "غير متاحة" من الأصل يبدو مهمًا وجذريًا في العلاج، فالمقاومة أحيانًا تكون أصعب من إلغاء الوسائل أصلًا، وهذا المنع أو الإلغاء للوسائل ثم المقاومة للأفكار التمهيدية والفعلية هو مهمة حياتك حتى تقلع.

- نموذج برنامج يومي: "مع مراعاة ما ذكرناه في بند السيطرة على الأفكار"..

* ابدأ اليوم "باسم الله".

* تخلص من أدوات "النشاط المرضي": الصور، المهيجات، اشتراك الإنترنت، إذا كانت الأدوات "متاحة" ستفشل حتمًا.

* سيكون عليك المجاهدة كل يوم: ملء الفراغات، مقاومة المقدمات، استثمار الوحدة.

* خذ وقتًا كافيًا في التوجه إلى الله سبحانه، وسؤاله العون والتوفيق.



* اعلم أن الله سيوفقك إن علم صدق نيتك، ورأى بداية جهدك.

* تعلم أن تجعل الصلة بالله ركنًا أساسيًّا، ومكونًا رئيسيًّا في شخصيتك، ونفسيتك، وحياتك.

* إذا كنت قد رجعت في توبتك قبل ذلك، لِيرَ منك الله هذه المرة إصرارًا أكبر، وخطة أحكم تحبه أن يباركها.

* تحدث إلى الله بكلامك أنت ولغتك أنت علاوة على الأدعية المأثورة، تحدث معه بكلماتك العامية المعبرة البسيطة، واعرض أمامه المشكلة التي يعرفها، وعزمك الذي يراه، وحاجتك التي تريدها منه.

* احسب كم من المال يمكن أن تعطي لنفسك عن كل يوم تنجح فيه، وسوف تدخر أموال "الجوائز" لمكافأة كبيرة.

* هدفك المرحلي أن تتوقف عن الفعل المرضي لمدة "مائة يوم" تكافئ نفسك بعدها - بالأموال المدخرة - برحلة طويلة أو غير ذلك مما تحب.

* بعدها ستجمع مالًا "عن كل يوم" لتكافئ نفسك عن النجاح لمدة ٢٥٠ يومًا بمكافأة أكبر تقوم بها.

* ستكافئ نفسك بعد ذلك في ذكرى مرور عام على آخر مرة مارست فيها النشاط المرضي.

* بعد ذلك ستحصل على مكافأتك لنفسك كل عام.

* اجعل للأموال صندوقًا معينًا، ثم ضعها شهريًا في أي وعاء ادخاري: حساب مصرفي مثلًا "خارج المنزل"، وفي موعد المكافأة اسحب المال، وتمتع بالمكافأة المادية، وبفضل الله عليك.

* قبل أن تودع المبلغ في المصرف ضعه أمامك لتشاهد علامات نجاحك أولًا بأول، وتحمد الله على نعمته.

* ماذا تفعل لو فشلت مرة؟ مع مراعاة ما ذكرناه في بند "التعامل مع الشعور بالذنب".

* تبرع بالأموال التي ادخرتها لنشاط خيري نافع، وسيكون عليك أن تبدأ من جديد..

* تخلص من أدوات ومقدمات "النشاط المرضي".

* توجه إلى الله سبحانه، واسأله العون كما فعلت من قبل وأكثر.

* راجع خطتك لتدرس نقطة الخلل وتتلافاها هذه المرة.

* حدد مقدار مكافأتك المالية.

* كافئ نفسك عن كل يوم بالادخار لمدة مائة يوم.

* في نهاية المائة يوم نفِّذ المكافأة.

* إذا فشلت تبرع بالمال، وإذا نجحت واصل لمدة ٢٥٠ يومًا.

* كافئ نفسك ثم واصل لنهاية العام.

* كافئ نفسك في نهاية كل عام من النجاح.

وستنجح حتمًا، وتصبح حياتك أكثر انتظامًا في كل نواحيها، وستكون أسعد بإذن الله مع زوجتك، ومع أصحابك، وفي عملك، وفي علاقتك بالله سبحانه من قبل ومن بعد.

هل تراني أعطيتك جوابًا وافيًا على سؤالك؟!

أرجو أن تنتفع بما ذكرته لك، وكذلك أرجو أن ينتفع الإخوة المدمنون على العادة السرية، وعلى العقاقير المخدرة وكلماتي هنا تتكامل مع ما ذكرته لهم من قبل من علاجات.

والله من وراء القصد.. بيده مفاتيح القلوب ومقاليد الأمور، وهو الشافي للنفوس والأجساد، أدعوه أن ينظر إلينا نظرة رحمة، ومن ينظر إليه الله – تعالى – هكذا لا يشقى أبدًا.







التطور المعرفي والأخلاقي

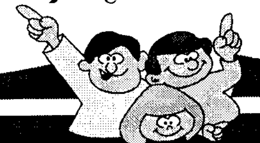
يكثر المراهقون في هذه المرحلة من الاستفسار والتحليل وذلك لانتقالهم إلى التفكير العملياتي المنهجي، وتعزز التساؤلات حول المفاهيم الأخلاقية من تطور الآراء الشخصية حول الأخلاق.

وتبدو هذه الآراء عادة مصممة لتجيز الرغبة الجنسية للمراهق (كل ما أريده جائز)، وقد يعتنق المراهق في حالات أخرى آراءً أشد تشددًا من آراء الأبوين، كرد فعل ربما على القلق المتولد من ضعف الضوابط التقليدية.

تقدير الذات

في هذه المرحلة تبدي مجموعة الأقران تأثيرًا أضعف على اللباس والفعاليات والسلوك، حيث يجرب الطفل في مرحلة المراهقة المتوسطة عادة شخصيات مختلفة، ويغير أنماط اللباس ومجموعة الأصدقاء والاهتمامات من شهر لآخر.

يفلسف العديد منهم معنى الحياة، ويتساءلون من أنا؟ ولم أنا هنا؟ وقد يكون من الصعب تمييز الشعور الجامح بالاضطراب والاهتياج الداخلي والبؤس التي تكون شائعة عن وجود مرض نفسي.



وقد تميل الفتيات إلى تمييز أنفسهن وأقرانهن تبعًا للعلاقات المتبادلة (أنا فتاة ذات أصدقاء مقربين) بينما يركز الفتيان بشكل عام على القدرات (أنا جيد في الرياضة).

* * *



العلاقات مع الأسرة والأقران والمجتمع

يؤدي البلوغ عادة إلى علاقات متوترة بين المراهقين وآبائهم، وكجزء من الانفصال يبتعد المراهقون عن والديهم، ويغيرون اتجاه الفعالية العاطفية والجنسية باتجاه العلاقات مع أقرانهم.

دور الوالدين وأطباء الأطفال

تصبح مرحلة المراهقة المتوسطة الوقت المناسب لفرصة الحديث بثقة مع بالغ عارف وغير حكيم وعلى نحو مفيد وقيم، وذلك نتيجة تضافر عوامل عديدة هي: النضج الجسدي والجنسي، وتغيرات السلوك والهوية الجنسية، وزيادة البعد عن الوالدين من الناحية العاطفية، وضعف تأثير مجموعة الأقران وتحري أفكار الذات، ونمو المعرفة بالحياة بعد مرحلة الطفولة.

ويتباين المراهقون بشكل كبير في معدل التقدم الجسدي والاجتماعي ومواجهة الصراعات الرئيسية المتعلقة بالاستقلال وتقدير الذات، وتساعد الأسئلة المتعلقة بالعلاقات مع الأسرة والأقران في تحديد موقع الطفل من الناحية التطورية بشكل كمي وتسهل الاستشارة الشخصية.

ومن المهم عند سؤال الطفل عن اللقاءات مع الجنس الآخر وعن الجنس عدم جعله يعتقد بأن السائل يفترض لديه ميلًا للجنس الآخر لأن ذلك ينقص إمكانية إظهار الاهتمامات بالتوجه الجنسي عنده.

* * *



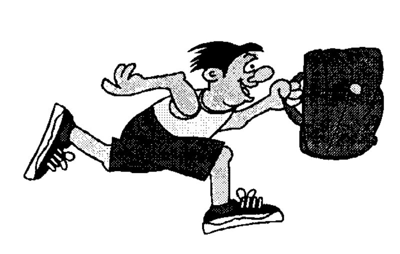
مرحلة المراهقة المتأخرة

التطور الحيوي:

تكون التغيرات الجسدية في هـذه المرحلـة أقـل نـسبيًا مـن بـاقي المراحـل، وتكتمل مراحل التطور النهائي للثديين والقضيب وشعر العانـة في عمـر ١٧ – ١٨ سنة عند ٩٥٪ من الذكور والإناث.

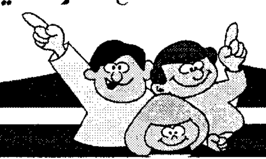
وتستمر تغيرات أقل من توزع الشعر عادة عند الذكور لعدة سنوات، مثـل نمو شعر الوجه والصدر وبدء ظهور نموذج الصلع الذكري عند بعضهم.

التطور النفسي الاجتماعي:



ينقص التجريب الجنسي بعد أن يكـون المراهق – في هذه المرحلة – قـد تبنـى هويـة جنسية أكثر استقرارًا ويميل لأن يكون أقـل تركزًا حول الذات، مع تزايد الأفكار حـول مفاهيم مثل العدالة والوطنية والتاريخ.

ويكون المراهق الكبير مثاليًا عادة لكن قد تكون أفكـاره قطعيـة وأحيانًـا لا تحتمل وجهات النظر المخالفة، وقد تحمل المجموعات الدينية أو السياسية التـي تعد بالإجابة عن الاستفسارات المعقدة إغراءً كبيرًا للمراهق.



يتيح تباطؤ التغيرات الجسدية ظهور شكل جسدي أكثر استقرارًا عند المراهق، وتشكل العلاقات الحميمة أيضًا مكونًا مهمًا في هُوية العديد من المراهقين الكبار..

وتتضمن هذه العلاقات بشكل متزايد الحب والعهود، وذلك خلافًا للعلاقات السطحية في اللقاءات مع الجنس الآخر الموجودة في مرحلة المراهقة المتوسطة، وتشكل القرارات المتعلقة بالمسيرة المستقبلية ضغطًا على المراهق لأن مفهوم الذات بالنسبة له يتجلى بشكل متزايد على الدور النامي له في المجتمع (كطالب أو عامل أو أب).

دور الأبوين وأطباء الأطفال:

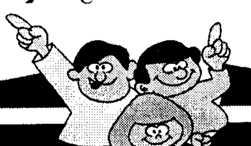
عرّف "إريكسون" المهمة الحاسمة لمرحلة المراهقة بأنها تأسيس إحساس ثابت بالهوية الذاتية بما في ذلك الانفصال عن الأسرة أو المنشأ، وبدء العلاقات الحميمة (ومنها الجنسية)، والتخطيط الجاد لتحقيق الاستقلال الاقتصادي.

ولتحقيق هذه المعالم من الضروري تحقيق تطور لكل من المراهق وأبويه، ووجود صعوبة مستمرة في أي من هذه المجالات يستدعي طلب المشورة.

اضطرابات النوم عند المراهقين:

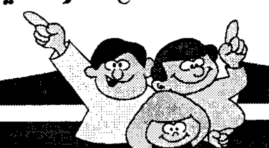


يصيب الأرق ١٠ – ٢٠ ٪ من المراهقين وقد يكون السبب الاكتئاب أو متلازمة طور النوم المتأخر التي تتجلى الصعوبة فيها في الغرق بالنوم أكثر مما تتركز في اليقظة حالما يكون النوم قد بدأ،



واستنادًا إلى Andes يكون المراهقون معرضين بصورة خاصة لهذه المتلازمة بسبب التغير الذي يعتري المطالب الاجتماعية والتي تؤدي لتأخر أوقات الذهاب إلى الفراش، والتأثر بطرز الإفراز الغدي الصمي المتغيرة والتي تميز البلوغ وتؤثر على العلاقات التي تحدد حالة النوم.

* * *





مشاكل المراهقة
تحتاج لتفاهم الآباء

يمر الشباب في فترات مختلفة من أعمارهم بأنواع مختلفة من الأزمات، وبعض الآباء يرفضون السماع لهم ومشاركتهم همومهم، بل قد يلومون الشاب أو الفتاة على طريقتهم في التعامل معهم، مما يولد شرخًا عميقًا داخل نفس المراهق تصعب مداوته.

وفي هذا الصدد، تتحدث د. ريما الصبان - أستاذة علم الاجتماع والعلاقات الدولية - قائلة: إن المراهقين يعانون من تحديات مستمرة، وأحيانًا التحدي يظهر بشكل صعب وقاس على الأهل، وخصوصًا عندما يكون غير متوقع كإشكاليات في العلاقة وفي الحوار وفي تطور شخصية المراهق، وكل ذلك غير متوقع لدى الأهل فيشكل تحديًا بالنسبة لهم.

وتضيف: أعتقد بأن كل الأسر تواجه مع أبنائها أزمات؛ لأن مرحلة المراهقة ربما من أصعب المراحل التي يمر بها الإنسان في حياته، إذ يحدث تغير في المستوى الذهني والمستوى الفكري والمستوى العضلي والمستوى الهرموني، وكذلك على مستوى الطباع.

وتضيف أن التغيرات التي تتم في مرحلة المراهقة تكون عنيفة وقوية وصعبة أولًا على المراهق، ومن ثم على الذين يحيطون به، فمهما كانت العلاقة سليمة وجيدة فلابد من الدخول في أزمات وصراع أجيال؛ لأنه خلال هذه العلاقة تظهر ضرورة أساسية وهي انفصال المراهق عن الأهل مهما كان حجم الراحة كي يبني شخصية مستقلة، والمراهق لابد أن يحقق شخصيته بالرفض، وأول من يرفضه هم أهله المحيطون به.

وبينما يرفض المراهق الأهل يعاني من أزمة خوف فقدانهم والابتعاد عنهم، وكلما كان المراهق يحصل على العطف والرعاية والحنان والمتابعة من الأهل كان الخوف من فقدانهم شديدًا وكان الصراع النفسي في أعماق المراهق أو المراهقة أقوى وأعنف؛ لأن مأزق المراهقة هو مأزق في العلاقة بين الأهل والأولاد والبنات.

وهذا المأزق لابد أنه مشحون بصراع وتوتر وخاصة إذا كان المراهق يتمتع بشخصية قوية.

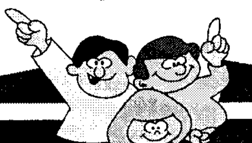
وبداية الإشكاليات التي تظهر في المراهقة في إشكالية الحوار، فالمشاحنات موجودة ومستمرة، ومن الأفضل للأهل في هذه الحالة أن يتغاضوا عن بعض الأمور، ويمكن متابعة الحوار معهم حولها فيما بعد في لحظة أهدأ؛ لأن المراهق يفتعل المشاحنة.

المهم ألا يقع الأهل في المشاحنة المفتعلة من قِبل المراهق ويؤخرون المواجهة إلى وقت يختارونه هم، وتكون سبل الحوار حينها أهدأ.

ومن المهم دائمًا الحرص على تعزيز ثقتهم بأنفسهم دون إعطائهم أوهامًا غير واقعية عن أنفسهم قد تؤدي إلى الغرور والعجرفة والتعالي على الآخرين..

ولكن علينا باستمرار تعزيز ثقتهم بأنفسهم، وبأنه مهما كانت قسوة الأيام عليهم فإنهم سيجدون صدرًا حنونًا وكتفًا قوية يستندون عليها..

* * *





مشكلات مرحلة المراهقة

الانحراف السلوكي:

ممارسة العادات الضارة مثل الإدمان والتدخين، وتصبح فيما بعد جزءًا من حياتهم، وقد تنتهي بالمراهق إلى الانحراف والإجرام كالانضمام إلى أصدقاء السوء مثلًا كعصابات السرقة وشلل الإدمان.

الانحراف الجنسي:

الميل للإشباع العاجل للميول الجنسية.

الإغراق في أحلام اليقظة:

اللجوء إلى أحلام اليقظة باستمرار ليعيش بعيدًا عن الواقع والانسحاب إلى أجواء خيالية.

مشكلات دراسية:

الانقطاع عن الدراسة والتغيب ومشاكل بالتحصيل المدرسي.

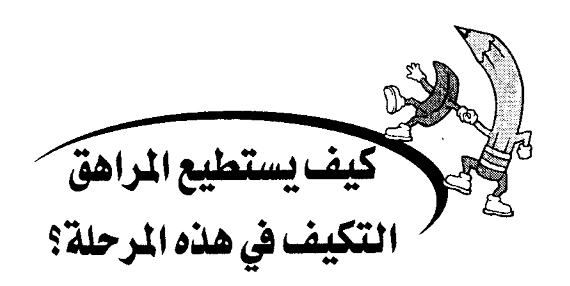
مشكلات صحية:

حب الشباب، اختلال هرمونات، مشاكل بالدورة الشهرية، تقوس الظهر، قصر النظر، ومشاكل تتعلق بأمراض سوء التغذية كالإصابة بفقر الدم وسوء التغذية، السمنة وفقدان الشهية.

مشكلات سوء أو عدم التكيف:

تحدث مشكلات سوء التكيف أو عدمه نتيجة التغيرات السريعة التي تطرأ على جميع مجالات النمو، أو نتيجة عدم التكيف مع الأشخاص المحيطين والظروف البيئية والمشاكل الصحية.

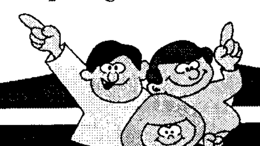
* * *

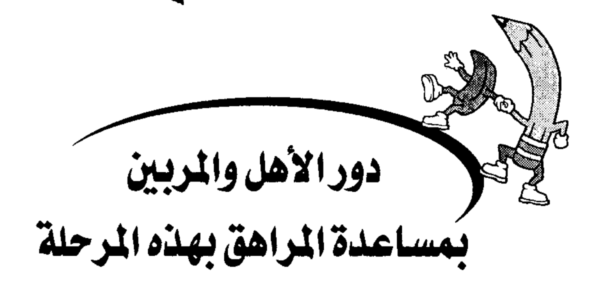


كيف يستطيع المراهق التكيف في هذه المرحلة؟

يمكن ذلك عن طريق:

- تقبل الذات وتفهم طبيعة مراحل النمو.
- التقليل من الطموحات لتتناسب مع الواقع.
- مد جسر التواصل والحوار البناء مع الأهل والرفاق والأشخاص المحيطين.
- تنظيم أوقات الدراسة في المنزل وتنمية الهوايات والاستفادة من أوقات الفراغ.
- حسن اختيار الأصدقاء والابتعاد عن أصدقاء السوء.
- ممارسة التمارين الرياضية وتبني سلوكيات أكثر صحة.
- تجنب ممارسة العادات الضارة كالتدخين والحياة الرتيبة المملة.
- المبادرة بالاستشارة وأخذ النصيحة في حالة القلق من أي مشكلة سواءً صحية أو نفسية أو اجتماعية.
- الاهتمام بتناول الغذاء المتوازن الذي يحتوي على جميع العناصر الغذائية، وتجنب الإكثار من تناول الوجبات السريعة والمشروبات الغازية.





دور الأهل والمربين بمساعدة المراهق بهذه المرحلة

من خلال:

- تفهم طبيعة النمو بجميع أشكاله بهذه المرحلة.
- تلبية احتياجات المراهق المادية والنفسية والعقلية والاجتماعية.
- بناء الحوار وفتح قنوات التواصل المستمر مع الأبناء.
- مساعدة المراهق بتوضيح أهدافه وموازنة طموحاته مع الواقع.
- تعزيز المفهوم الإيجابي للذات لدى المراهق خاصة فيما يتعلق بمفهوم الذات الجسمية ومساعدته على تفهم طبيعة النمو السريع والتغيرات الجسدية.
- المحافظة على خصوصيات المراهق، وعدم توجيه النقد الذي يسبب تهديدًا لكيانه ونموه السوي مستقبلًا.
- توفير جو من الطمأنينة ودعم المراهق لممارسة نشاطاته حسب ميوله واهتماماته.
- اتفاق الوالدين على أساليب التعامل مع المراهق كي لا يقع المراهق في حيرة انتهاج الديمقراطية الموجهة والابتعاد عن التسلط والشدة أو الدلال المبالغ فيه.

- ضرورة تقديم المعلومات الجنسية عن طريق الأسرة لكي لا يستقي المعلومات عن طريق الكتب والأفلام الرخيصة.

- تحسس المشاكل قبل حدوثها وتفعيل سبل الوقاية كملاحظة أي تغير سلبي على عادات المراهق اليومية ومعالجتها بتأنٍ وصبر.

- مد جسور التواصل والتعاون مع المدرسة بصورة مستمرة للوقوف على مستوى التحصيل المدرسي وسلوكيات أبنائهم وتخطي أية مشكلة بأمان.

- سعي الأهل لطلب المشورة والمساعدة في أي مشكلة متعلقة بأبنائهم وعدم تأجيل ذلك مهما كانت الأسباب.

إن المراهقة مرحلة تتطلب الفهم والصبر والتأني من المراهق والوالدين والمربين، ولابد من تعاون وتكاتف الجهود لوصول المراهق إلى بر الأمان.

* * *





ونعرض الآن لعدد من الرسائل التي وصلتني، وتمس بعض المشاكل التي تعانيها أسرنا مع أبنائهم في مرحلة المراهقة، ولعل هذه الرسائل هي مثال كثيرًا ما يتكرر.

الرسالة الأولى

الأخ الدكتور، السلام عليكم...

كيف يمكنني أن أشرح لابني أو لابنتي ظاهرة البلوغ عندهم؟ والأهم كيف يمكنني أن أجعلهم يمرون بهذه المرحلة بسلام؟

وهل يمكن التحكم في غريزتهم الجنسية وتوجيهها بسلام؟

وجزاكم الله خيرًا..

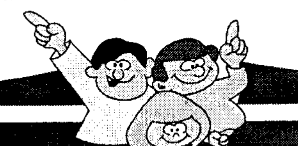
الرد:

بالنسبة لمسألة الاستعداد لسن البلوغ نقسمه إلى ثلاث مراحل:

١- مرحلة ما قبل البلوغ.

٢- مرحلة البلوغ.

٣- مرحلة ما بعد البلوغ.



بالنسبة لمرحلة ما قبل البلوغ فتبدأ مع بداية ظهور العلاقات الجنسية الثانوية، ونقصد بها من البنين بداية ظهور الشارب، وبداية ظهور الشعر تحت الإبط، وخشونة الصوت.

وهذه العلامات تكون بداية لدخول الطفل عالم المراهقة، وتكون فرصة للفت انتباهه إلى ما هو مقدم عليه، فنجلس معه ونسأله: هل تدرك ما معنى هذه المظاهر التي ظهرت عليك؟

ونبدأ بالمدخل العلمي، ونقول له: إن هناك هرمونات تُفرز في جسمه وهي المسئولة عن ظهور هذه العلامات استعدادًا لبلوغه، وإن البلوغ يعني انتقاله من مرحلة الطفولة إلى مرحلة جديدة بمظاهر مختلفة على كل المستويات.

فعلى المستوى الجسمي ينمو جسمه بسرعة مطردة وعضلاته بشكل قوي.

وعلى المستوى النفسي سيشعر بتغيرات، وستكون عاطفته أكثر حدة، وسيشعر بالميل نحو الجنس الآخر.

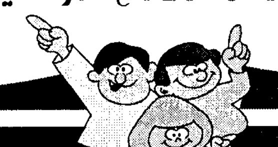
ونحدثه عن أن هذا الميل قد وضعه الله - عز وجل - في نفوسنا من أجل غاية عظيمة هي إعمار الأرض، وأن المشكلة ليست في هذا الميل ولكن في توظيفه في الوقت المناسب لتحقيق الغاية منه وهي الارتباط بزوجة وإنجاب الأولاد.. فهذا الميل الفطري هو مهمة سامية ولذا يجب ألا يساء استخدامه، وألا يُفسر على غير حقيقته فلا يفسده المراهق بمغامرات عاطفية قبل الأوان، أو من غير الهدف الذي جعله الله من أجله.

ثم نحدثه عن التغيرات الجنسية من المدخل الفقهي، فنحدثه على أن هذه التغيرات يصاحبها إنتاج للحيوانات المنوية في داخل جهازه التناسلي، وأن إنتاج هذه الحيوانات عندما يصل إلى حد معين فإنه يخرج أثناء النوم في عملية تُسمى الاحتلام، وأن هذا الاحتلام يستوجب الغسل..

ثم نشرح له أحكام الطهارة، ونبين له أن هذا الأمر قد يصاحبه بعض العادات الضارة الخاطئة مثل العادة السرية والتي يُخرج فيها الإنسان هذا السائل بتفكيره في المشاهد المثيرة وذلك نظرًا لأنه لا يقوم بغض البصر الذي يجب أن يحافظ عليه في هذه السن..

بهذه الطريقة وفي وقتٍ سابق لشعوره بالمشاعر الطبيعية للمراهقة يكون الطفل على استعداد لاستقبالها ومعه كل الخريطة التوضيحية لكيفية التعامل مع جزئياتها المختلفة.

وتكون الخطورة الثانية مع حدوث البلوغ فعلًا حيث نفتح الطريق للمراهق من أجل أن يخبرنا بما حدث وبما يحدث، وعندها سيطرح علينا كل ما يعن له من أسئلة وما يسمعه من زملائه وأقرانه من أخبار أو معلومات وذلك لأننا أصبحنا مصدره الموثوق به في الحصول على هذه المعلومات، وهنا سنبني في إجاباتنا على ما قدمناه له في المرحلة السابقة وعندما نطمئن إلى بلوغه وفهمه لما يحدث نفتح له الطريق بأننا مستعدون للتفاعل والتحاور معه حول أي قضية تعن له في مرحلة ما بعد البلوغ، وبذلك تمر مرحلة البلوغ بصورة هادئة ونوصل المعلومات بطريقة بسيطة وتدريجية.



الرسالة الثانية

لا أعرف كيف أتعامل مع ابني البالغ من العمر ١٤ سنة، فهو دائم التحدث بصوت عالٍ ويتعصب لأتفه الأسباب مما يؤثر على طريقة تعاملي معه..

أريد أن أعرف كيف أتعامل معه دون أن أتعصب أنا أيضًا.

الرد:

مفتاح التعامل مع سن المراهقة هو الحوار والتفاهم في إطار من الصداقة، فيجب أن تعلمي أن ابنك البالغ ١٤ عامًا لم يصبح هذا الطفل الذي كنت تتعاملين معه بالأمس، وأنه في مرحلة جديدة هي مرحلة المراهقة التي يريد فيها أن يثبت أنه صار رجلًا، وأن يعبر عن نفسه، وهو عندما يرفع صوته فإنما يريد أن يقول ها أنا ذا؛ لذا فإنه من الأفضل أن نقدم له الطريق الطبيعي لإثبات ذاته من غير أن نضطره لرفع صوته فنشعره أننا نحترم رأيه ونقدر ذاته بأن نأخذ رأيه في كل ما يخصه، ونجعله يشعر من خلال الحوار أنه هو صاحب القرار، وأنه إذا كان هناك رأي يخصه فنقدمه على رأينا حتى لو كان رأينا هو الأفضل حيث يشعره ذلك بالثقة في نفسه وبأننا نحترمه ونقدره وأننا لا نفرض رأينا عليه.

كما يجب علينا أن نُوكل إليه بعض المهام التي تشعره أيضًا بأننا نعتبره فردًا كبيرًا في العائلة، ثم نثني عليه لأدائه هذه المهام، وبذلك يشعر بالانتماء، خاصة وأن هذه السن تتميز بالنقد العالي واللاذع، ولكنه في نفس الوقت يتميز بالرغبة في الإصلاح، فلا يجب أن ننقده بغضب ولكن نواجهه بالسؤال عما يجب أن نعمله معًا من أجل الإصلاح، وأن نوكل له جزءًا من هذه المهمة ليس من باب إشعاره بالعجز ولكن من باب إشعاره أن له دورًا في تغيير ما يغضبه وما يرفضه.

إذا فعلنا ذلك وإذا اعتمدنا مبدأ الحوار والتفاهم فسيصبح المراهق صديقًا لنا، وعندها سيفعل ما يرضينا لأنه لا يريد أن يغضب صديقه.

الأمر يحتاج إلى حكمة وإلى فهم لطبيعة المراهق..

الرسالة الثالثة

أنا من الذين وقعوا في العادة اللعينة، ولكن كيف السبيل لتركها؟

الرد:

يجب في البداية أن نفرّق بين نوعين من العادة السرية، نوع يكون صاحبه على قدر من الالتزام يمنعه من النظر إلى المحرمات بحيث يغض بصره عن كل ما مثير، ولا يشاهد الأفلام الجنسية سواء على القنوات الفضائية أو عبر المواقع الإباحية على الإنترنت، وهو بنفس الوقت يشغل وقته بكل ما هو مفيد من علم وثقافة ورياضة وفن وهوايات وهو دائمًا في صحبة الأخيار، ولكن مع كل هذه الاحتياطات فإن عينه لسبب غير مقصود ربما وقعت على ما أثار نفسه، ونتيجة

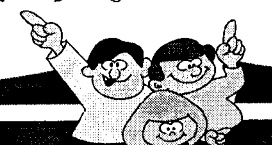
لذلك ثارت شهوته ولم يستطع أن يسيطر عليها فكان الحل الوحيد الذي أمامه هو أن يمارس هذه العادة! ليقوم بعد ذلك ويفيق ويغتسل ليعود إلى نشاطه الطبيعي قبل لحظة الضعف هذه، فيعود إلى أصدقائه ويعود إلى نشاطه ويعود إلى عمله ورياضته بعيدًا عن أي مثيرات، وبذلك تكون تلك العادة لحظة ضعف تعتريه.

أما النوع الآخر فصاحبه لا يترك مشهدًا مثيرًا سواء في الشارع أو في القنوات الفضائية أو المجلات الإباحية أو مواقع الإنترنت إلا ونظر إليه واستمتع به وأصبحت كل حياته جريًا وراء هذه الأمور حتى إذا ما جاء الليل وخلا بنفسه قام باستدعاء كل هذه الصور وهذه المشاهد ليقوم بالعادة السرية الاستدعائية كما نسميها، فكلما خبت في نفسه كلما استدعى المشاهد والصور استمتاعًا بشعوره أثناءها.

هذه العادة هي العادة المحرمة وهي العادة اللعينة فعلًا وهي التي ندعو صاحبها بأن يتوب عنها وأن يتخلص منها لأنها أصبحت بالنسبة له حالة مرضية على كل المستويات.

الرسالة الرابعة

لي بنت تبلغ من العمر ثلاثة عشر عامًا، أحاول معها جاهدة دعوتها إلى الصلاة في وقتها، ولكنها غالبًا ما ترفض، أحاول أن أقربها من الشرائط والخطب الدينية، ولكنها تبتعد، حتى إنني أستشعر أنها تخاف من أن تقترب إلى حقيقة الإسلام، حتى لا يضطرها ذلك إلى لبس الحجاب.



وإنني أتساءل: كيف أقنعها بالصلاة والاستماع إلى الخطب الدينية عن اقتناع وحب لا عن تعسف منّي أو ضرب؟

وكيف أقنعها بالحجاب وهي في سن صغيرة؟

باختصار كيف أقربها من بيئة الإيمان؟

وأيضًا زوجي ملتزم خلقيًّا جدًّا، ولكن مع الصلاة أجده يؤخرها عن وقتها، فكيف أوصل له تنبيهًا بعدم تأخير وقت الصلاة دون أن أسبب له إحراجًا؟ والسلام عليكم.

الرد:

أريد منك الآن أن تفعلي شيئًا، فهل أنت مستعدة؟

أغمضي عينيك لنصف دقيقة، وخذي نفسًا عميقًا، والآن أخرجيه بقوة وأنت تقولين: "يا حي يا قيوم، برحمتك أستغيث" فهو نعم الغوث ونعم العون على كل ما أحاط بأبنائنا في هذا العالم من فتن وضغوط باتت فيها شياطين الإنس أقوى وأشد ضراوة وخطرًا على الإنسان من شياطين الجن أنفسهم.

قد يبدو ما سأقوله محبطًا، ولكنها الحقيقة التي يجب أن نتفهمها حتى نستطيع التعامل معها، فما تمر به ابنتك وما تجدينه من صعوبة في إقناعها أمر طبيعي جدًّا، وخاصة في مرحلة المراهقة التي تتسم بالعناد والرفض، وبالرغبة في إثبات الذات – حتى لو كان ذلك بالمخالفة لمجرد المخالفة – وتضخم الكرامة العمياء التي قد تدفع المراهق رغم إيمانه بفداحة ما يصنعه إلى الاستمرار فيه، إذا

شعر أن توقفه عن فعله سيشوبه شائبة أو شبهة من أن يشار إلى أن قراره بالتوقف عن الخطأ ليس نابعًا من ذاته وإنما بتأثير أحد من قريب أو بعيد.

لن أطيل عليك، وسأبدأ معك في عرض اقتراحاتي لحل المشكلة، وأرجو منك أن تتفهميها..

دعيني أوضح لك شيئًا مهمًا، وهو أن أسلوب الدفع في توجيه البنت وتعديل سلوكها لن يؤدي إلا إلى الرفض والبعد، فكما يقولون: "إن لكل فعل رد فعل يساويه في القوة ويضاده في الاتجاه".

وسأقترح عليك برنامجًا قد يستغرق منك ٦ أشهر، وربما أقل أو أكثر حسب توفيق الله وقدره.. وتنظيمه كالتالي:

المرحلة الأولى: وستستغرق منك ثلاثة أشهر..

قومي فيها بالتوقف عن الحديث في هذا الموضوع "الصلاة والحجاب" تمامًا، ولا تتحدثي فيه من قريب ولا بعيد، ولو حتى بتلميح مهما بعد. أعلم ما قد تبدينه من استغراب قد يصل إلى الاستنكار، لكن الأمر بالضبط كالدواء الذي يكتبه لنا الطبيب ونأخذه رغم عدم درايتنا الكاملة بمكوناته وتأثيراته، ولكننا تعلمنا من الرسول صلى الله عليه وسلم أن لكل داء دواء، وتمرد المراهقين هو الداء الذي يصيب أغلبية الشباب.

تذكري أننا نربي ضميرًا ونعالج موضوعًا إذا لم يعالج في هذه المرحلة فالله سبحانه وحده الذي يعلم إلى أين سينتهي، فلا مناص من الصبر وحسن التوكل على الله وجميل الثقة به سبحانه.

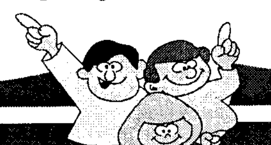
ونعود مرة أخرى إلى العلاج ألا وهو التوقف لمدة لا تقل عن ١٢ أسبوعًا عن الخوض في موضوعي الصلاة والحجاب، والهدف من توقفك عن الحديث في هذا الأمر هو نسيان ابنتك له، حتى تفصل بين الحديث في هذا الأمر وبين علاقتك بها، لنصل بهذه العلاقة إلى مرحلة تشعر فيها البنت بالراحة، وكأنه ليس هناك أي موضوع خلافي بينكما، فتستعيد الثقة في علاقتك بها، وأنك تحبينها لشخصها، وأن الرفض هو للأفعال السيئة وليس لشخصها.

فالتوتر الحاصل في علاقتكما الآن بسبب اختلافكما أحاطك بسياج شائك يؤذيها كلما حاولت الاقتراب منك أو حاولت أنت الاقتراب منها بنصحها حتى أصبحت تحس بأنها تصاب بالأذى النفسي كلما حاولت الكلام معك، وما نريد فعله في هذه المرحلة هو محاولة نزع هذا السياج الشائك الذي أصبح يفصل بينكما.

المرحلة الثانية: مرحلة الفعل الصامت وتستغرق شهراً..

في هذه المرحلة لن توجهي إليها أي نوع من أنواع الكلام، وإنما ستقومين بمجموعة من الأفعال المقصودة، فمثلًا: تعمدي وضع سجادة الصلاة على كرسيها المفضل في غرفة المعيشة، أو تعمدي أن تتركي حجاب الصلاة على سريرها أو في مكان تواجدها المفضل في البيت، بحيث يكون على مقربة منها دائمًا.

ثم تعودين لأخذه وأنت تقولين وكأنك تفكرين بصوت مرتفع: أين حجاب الصلاة؟ أريد أن أصلي.. ياه لقد دخل الوقت.. يا إلهي كدت أن أنسى الصلاة..



بين الفرض والآخر تسألينها: حبيبتي، كم الساعة؟ هل أذن المؤذن؟ كم بقي على الفرض؟

حبيبتي، هل تذكرين أنني صليت؟ آه، لقد أصبحت أنسى هذه الأيام، لكن يا إلهي، إلا هذا الأمر..

واستمري على هذا المنوال حتى تشعري أن البنت قد ارتاحت، ونسيت الضغط الذي كنت تمارسينه عليها.

وساعتها ندخل في المرحلة الثالثة والتي تستغرق شهرين..

حيث تقومين بدعوتها – بشكل متقطع على فترات؛ حتى يبدو الأمر طبيعيًّا وتلقائيًّا – للخروج معك، ومشاركتك حضور أحد الدروس بدعوى أنك تريدين مجرد صحبتها وليس دعوتها لحضور الدرس، بقولك: حبيبتي، أنا متعبة وأشعر بشيء من الكسل، ولكنني أريد الذهاب لحضور هذا الدرس، تعالي معي، أريد أن أستعين بك وأستند عليك.. فإذا رفضت فلا تعلقي ولا تعيدي عليها الطلب، وأعيدي المحاولة في مرة ثانية.

ويتوازى مع هذا الأمر أن تشاركيها في كل ما تصنعينه في أمور التزامك في أول الأمر من خلال طلب رأيها ومشورتها، وكان هدفك – بل هو في الحقيقة ما يجب – تقريب العلاقة وتحقيق الاندماج بينكما.. بمنتهى الحب والتفاهم تقولين لها: "حبيبتي، تعالي، سمّعي لي القرآن الكريم الذي حفظته"، "حبيبتي، ما رأيك في هذا الحجاب الجديد؟".. كل هذا وأنت تقفين أمام المرآة، وحين تستعدين للخروج مثلًا تقولين لها: "تعالي، اسمعي هذا الشريط"، "ما رأيك فيه؟"

"سأحكي لك ما دار في الدرس هذا اليوم"، ثم تأخذين رأيها فيه، وهكذا بدون قصد أوصليها بالطاعات التي تفعلينها أنت.

اتركيها تتحدث عن نفسها، وعن رأيك في الدروس التي تحكين لها عنها بكل حرية وبإنصات جيد منك، واتركيها حتى تبدأ هي بالسؤال عن الدين وعن أموره.

وأود أن أوجه نظرك إلى أمور مهمة جداً :

- يجب ألا تتعجلي الدخول في مرحلة دون نجاح المرحلة السابقة عليها تمامًا، فالهدف الأساسي من كل هذا هو نزع فتيل التوتر الحاصل في علاقتكما، وإعادة وصل الصلة التي انقطعت بينها وبين أمور الدين؛ فهذا الأمر تمامًا كالمضاد الحيوي يجب أن تأخذ جرعته بانتظام وحتى نهايتها، فإذا تعجلتِ الأمر وأصدرت لها ولو أمرًا واحدًا خلال الفترة الأولى فتوقفي وابدئي العلاج من البداية.
- لا تتحدثي في موضوع الحجاب مطلقًا في هذا الوقت؛ فهو أمر يجب أن تصل إليه عن قناعة تامة، وإذا نجحت في كل ما سبق – وستنجحين بإذن الله، فأنت قد ربيت نبتة طيبة حسب ما تذكرين أنك ملتزمة وأن أباها على خلق – فسيأتي اليوم الذي تطلب منك هي شخصيًا أن ترتدي الحجاب، بل قد يأتي اليوم الذي تشتكين فيه من سفر أغطية رأسك وحجابك وهجرتها إلى دولابها الخاص.

- لا تعلقـي عـلى ملابـسها، إلا في أضـيق الحـدود، وتجـاوزي عـن بعـض التجاوز فيه مثل ألوان لا تعجبك.

- اقصري الاعتراض واستخدام سـلطتك في المنـع عـلى الأخطـاء التـي لا يمكن التجاوز عنها، مثل: لو أرادت الخروج مع صحبة غير مؤتمنـة، أو أي شيء فيه انتهاك شرعي صريح، لا يخالفك أحد في هذا الأمر.. ولكن هذا الموضوع نحن بصدد علاجه بصورة جذرية حتى نصل إلى تـشكيل قناعة داخلية لا تجعل من موضوع الحجاب والطاعة بصفة عامة رد فعل لأوامر الأهل.

- استعيني بالله ولا تحزني، وادعي دائمًا لها، ولا تدْعي أبدًا عليها، وتـذكري أن الأمر قد يحتاج إلى وقت، لكنه سينتهي بسلام إن شاء الله، فالأبنـاء في هذه السن ينسون ويتغيرون بسرعة، خاصـة إذا تفهمنـا طبيعـة المرحلـة التي يمرون بها، وتعاملنا معها بمنتهى الهـدوء والتقبـل وسـعة الـصدر والحب.

* * *

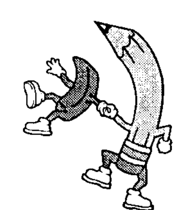


خاتمة

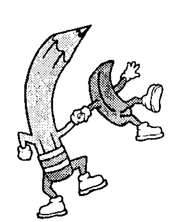
أعتقد أن ما ذكرناه ما هو إلا بداية لتأصيل مبادئ من مبادئ التربية، وما هو إلا نواة لنظام تربوي عام لابد من تطعيمه كل فترة بموضوع من الموضوعات التي ربما استطاعت أن تروي عطش الآباء والأمهات في قضية التربية.

وأسأل الله تبارك وتعالى أن يكون هذا الجهد في ميزان حسناتنا جميعًا يوم القيامة، كما أسأل الله أن يكون الخير لمن يرسل هذه المادة إليكم إلى يوم الدين، يلقاه في ميزان حسناته إن شاء الله، ولا يسعني إلا أن أدعو رب العالمين أن نكون ممن يستمعون القول فيتبعون أحسنه، وصلّ اللهم على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وسلم.

* * *

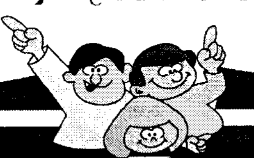


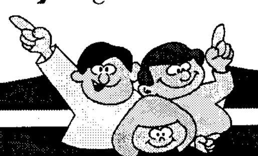
الفهرس





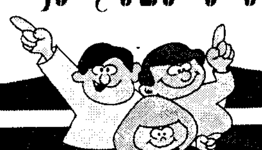
الفهرس





الموضوع الصفحة

❊ ❊ ❊



قائمة إصدارات
د. ياسر نصر

أولاً: إصدارات الكتب:

- ٢٥ خطأ في تربية الأطفال
- ١٠ رسائل لكل أب وأم
- أولادنا في رمضان
- فن التعامل مع المراهقين
- أطفالنا في الأجازات
- فن صناعة الحياة الزوجية

ثانياً: إصدارات الكاسيت و الـ C.D

سلسلة ساعة تربية

- ألبوم ٢٥ خطأ في تربية الأطفال (١٠ شرائط & C.D)
- ألبوم فن التعامل مع المراهقين (١٠شرائط & C.D)
- ألبوم نصائح تربوية لكل أب وأم (٦ شرائط & C.D)
- ألبوم تربية الأبناء على الثقة بالنفس (٤ شرائط)
- ٣٠ وسيلة لتحفيظ القرآن الكريم للأطفال (شريط & C.D)
- ٤٠ وسيلة لتحبيب ابنك في الصلاة (شريط & C.D)

سلسلة فجر أمة

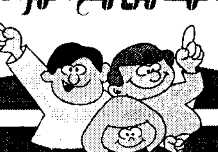
- ألبوم صلاح الدين الأيوبي (٨ شرائط & C.D)
- ألبوم محمد الفاتح وتاريخ الدولة العثمانية (١٠ شرائط)
- سيف الدين قطز (٢ شريط)

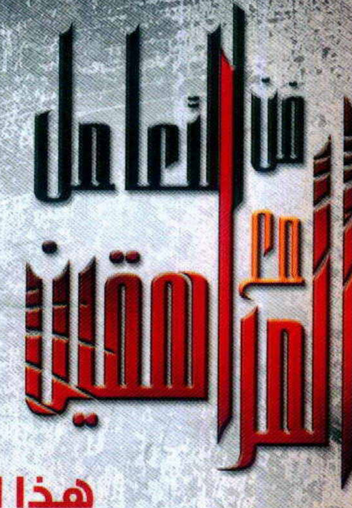
سلسلة آدم وحوا

- ألبوم فن صناعة الحياة الزوجية (٨ شرائط & C.D)

السلسلة الإيمانية

- ألبوم إيمانيات الصحابة (٨شرائط)
- ألبوم حلاوة الإيمان (٤ شرائط)





هذا الكتاب

إن المراهقة من أخطر المراحل التي يمر بها الإنسان في حياته، وذلك لأنها مرحلة لها تأثير شديد في مصير الإنسان، كما أن التواصل بين الأبناء والآباء مطلوب وبشدة خاصة في تلك المرحلة الهامة..

ولأن هذه المرحلة تكثر فيها الشكاوى سواءً من الآباء أو الأبناء، وتزداد الخلافات داخل بيوتنا وأسرنا لذا كانت الحاجة ماسة إلى بيان التغيرات التي تصاحب المراهق في هذه المرحلة، وكيفية زرع الثقة في نفوس الأبناء، وضوابط العقاب في هذه المرحلة، وفن التغلب على العادات السيئة لدى أولادنا.

وحول هذه القضايا الهامة يدور هذا الكتاب لمؤلفه الدكتور ياسر نصر، والذي يسعى المؤلف من خلاله إلى التأكيد على أننا كآباء وأمهات ومربين في أمس الحاجة إلى معرفة أساليب مختلفة من التربية في كيفية التعامل مع هذه المرحلة السنية الخطيرة.

الناشر

by Usama Taha

7 ش عبد العزيز - العتبة - القاهرة ج . م . ع
تليفون : 408 59 39 2 00202
30 80 573 010 002
فاكس : 408 59 39 2 00202
www.bedaiasound.com
email:bedaiasound@hotmail.com



بداية للإنتاج الإعلامى
أحمد خليل - محمود خليل

ART OF DEALING WITH TEENAGERS


حصريات
مجلة
الابتسامة